

# 「食」の大切さを楽しみながら学ぶ ひらかた食育カーニバル オンラインと参加型イベントが充実

◎チラシあり

市は、幅広い世代への食育啓発を目的に毎年開催している「ひらかた食育カーニバル」を2月1日～29日にオンラインと参加型イベントのハイブリットで開催する。

期間限定の特設サイトに、食育に関わる機関・団体が作成した動画や食育ゲーム、栄養クイズなどを掲載。2月3日(土)には子どもの成長を引き出すクッキングについて楽しく学べる講演会をラポールひらかたで開催。さらに、期間中市内各所で食育の取組に関する展示や食育体験会、地元農産物の販売等のイベントを開催する他、市の管理栄養士が監修し、枚方産の米と野菜を使ったヘルシー弁当を京阪百貨店枚方店で販売する。

★ひらかた食育カーニバルは食育に関わる機関・団体が連携し、毎日の「食」について考え、栄養バランスの良い食生活を習慣づけてもらうことを目的としたイベントで、今年で16回目の開催となる。2年前よりオンライン開催を試み、昨年度のサイト閲覧者数(実人数)は3,293人、サイト閲覧数は19,009回にのぼった。

★2月3日(土)午後2時からこどもキッチン主宰・子ども台所仕事研究家の石井由紀子(いしいゆきこ)さんが「子どもと楽しむクッキング♪子どもの観方(みかた)と環境の工夫」をテーマに講演する。特設サイトでは2月15日(木)から見逃し配信も行う。

★2月中の毎週(木)(金)午前11時から、京阪百貨店枚方店では限定20食で「枚方産の米や野菜を使ったヘルシー弁当」を販売。枚方市農業研究会の協力のもと、お弁当に使用している米や野菜は全て枚方産を使用。市の管理栄養士が監修し、1食で1日に必要な野菜の約半分をとることができ、食塩相当量は2.7gと減塩にも配慮。



▲枚方産米と野菜を使ったヘルシー弁当

★「12団体の動画やゲームなどを全て閲覧してキーワードを集める」または「食育カーニバル(オンラインでも参加型イベントでも可)に参加し、『#ひらかた食育カーニバル2023』を付けてSNSに投稿」して応募すると、素敵な調理器具が抽選で3名に当たるプレゼント企画も。ダブルチャンスとして、抽選で3組6名にヘルシーランチのペアチケット、10名にひらかたポイント500ポイントをプレゼントする。

★1月19日より第16回ひらかた食育カーニバル 特設サイトをプレオープン中。

【特設サイトはこちら】<https://hirakata-shokuiku.com/>



★市では、大阪・関西万博を契機に、枚方をさらに魅力あるまちへ進化させ、市民のまちへの愛着を高めるとともに、地域経済の活性化の実現に向けた「ひらかた万博」と称する取組を進めている。

<お問い合わせ>

健康福祉部 健康寿命推進室 健康づくり・介護予防課 ☎072-841-1458 FAX072-840-4496





葉玉ねぎくん

今年は  
枚方市内各所で  
食育イベント開催!!  
詳しくは裏面をみてね

オンライン開催

参加型イベント開催

# 第16回 ひらかた 食育カーニバル



すももちゃん

2024 **2.1** Thu.  
|  
**2.29** Thu.

## SEMINAR

- セミナー -



**要予約** 子どもと楽しむクッキング♪  
**参加無料** みかた  
**保育あり** 子どもの観方と環境の工夫

子どもの「やれる動き」と「やりたい動き」でクッキングを構成すると、子どもは楽しんで料理でき、どんどん成長していきます。「台所」と「台所」を超えて日常に使える子育てセンス満載のこのセミナーで、台所が大好きな小さなわが子とおうちでクッキングを楽しむコツをつかんでみませんか？親子でおいしくごはんをいただくヒントになる味覚体験も！

講演後、特設サイトに  
見逃し配信で視聴可能！

下記コードより  
令和6年2月15日から公開予定



見逃し配信の視聴

著書



(共に太郎次郎社エディタス)

**講師** 石井 由紀子 (こどもキッチン主宰・子ども台所仕事研究家)  
**日時** 令和6年2月3日(土) 14時~15時30分  
**場所** ラポールひらかた (枚方市新町2-1-35)  
**対象** 枚方市に在住・在勤・在学の方  
**定員** 先着40名 (保育先着14名)  
**お申込** 右記コードより  
(令和6年1月5日(金)9時から受付)

セミナー申込フォーム



ひらかた食育カーニバル特設サイトはこちら

<https://hirakata-shokuiku.com/>

お問い合わせ事務局：枚方市 健康福祉部 健康寿命推進室 健康づくり・介護予防課  
TEL 072-841-1458 FAX 072-840-4496 〒573-1197 枚方市禁野本町2丁目13番13号  
主催：枚方市・枚方市教育委員会・枚方市食育推進ネットワーク会議  
運営：ひらかた食育カーニバル実行委員会



ひらかた万博

令和6年1月19日~  
プレオープン



上記コード、または  
左のアドレスへアクセス！



# WEB CONTENTS

- ウェブコンテンツ -

親子で楽しめる様々なコンテンツをご用意しています。特設サイトへアクセス！

食育ゲーム  
「たべものつりゲーム」  
家計お助けレシピ

すももサイダー製造過程  
野菜の生育の写真  
健康づくりの食育動画

プロが作る  
季節の上生菓子の実演

栄養成分表示について  
食中毒予防について

食品ロス削減のために  
家庭でできる取り組み

ヘルシー外食  
メニューの紹介

妊娠中のごはん

保育所(園)や幼稚園、  
認定こども園の  
食に関する取り組み紹介

保育所  
人気メニューの作り方

学校給食コンテスト  
食育クイズや入賞作品  
等の紹介

小学校での  
田植え・稲刈りの様子

小中学校の  
学校給食レシピ紹介  
食育クイズ

# EVENT

- イベント -

今年は開催期間中、市内各所にて  
イベントを開催いたします！

**A** ラポールひらかた  
2月3日(土)

食育体験会 **要予約**  
(ミルクごんぼ汁の試食、  
食育人形劇、食育緑日)



詳細はこちら  
令和6年  
1月5日(金)  
9時から受付

**A** 京阪百貨店 枚方店 【限定20食】  
2月中の毎週(木)(金) 11時から販売

枚方産野菜を使ったヘルシー弁当の販売



内容は変更になる  
場合があります。

**E** 宮ノサポ(うさミンカフェ)  
2月14日(水) 11時~16時

野菜摂取量測定・SDGs ランチの提供  
・すももちゃんサイダーの販売など

**A** 市役所別館北側  
2月5日(月) 10時~13時  
2月22日(木) 10時~13時  
地元農産物の販売

**E** 枚方市保健センター  
2月1日(木)~29日(木)  
保育所(園)や幼稚園、認定こども園  
の食に関する取り組み紹介 (※)

**A** アマレット

**A** ベジ・美豚

**C** ラティユル

2月1日(木)~29日(木)  
ヘルシー外食コンテスト応募店による  
ヘルシーランチメニューの提供  
(各店ランチタイムのみ提供)

**B** 楠葉図書館 | 2月5日(月)~18日(日)  
**D** 中央図書館 | 2月1日(木)~26日(月)  
**F** 香里ヶ丘図書館 | 2月1日(木)~25日(日)

食育に関する本の  
特集コーナーを  
設置

(※)

※開館時間内に限る

詳しくは  
特設サイトにて！



イベントに参加しハッシュタグを付けて  
SNS (Instagram, Facebook, X) で投稿しよう  
**#ひらかた食育カーニバル2023**  
下記プレゼントに応募できる！

# PRESENT

- プレゼント -

特設サイトのすべてのWEBコンテンツをめぐり、  
プレゼントに応募しよう！

応募対象 枚方市に在住・在勤・在学の方

応募期間 令和6年2月1日(木)~2月29日(木)

応募方法 特設サイトのプレゼントページをご確認ください。



センコウアランジン  
ポータブルガス  
カセットコンロヒバリン  
- 1名 -



シロカ  
おりょうりケトル  
ちよいなべ  
- 1名 -



プリンセス  
Table Grill  
Mini Pure  
- 1名 -

※賞品のカラーは指定できません。

**ダブルチャンス** 落選者のうち抽選でプレゼント

- ヘルシーランチ ペアチケット - 3組6名 -
- ひらかたポイント 500ポイント - 10名 -

出展  
団体一覧

大阪府助産師会枚方班、枚方市私立保育園連盟、枚方市私立幼稚園園長会、枚方市立小学校長会、ひらかた地域活動栄養士会栄養アドバイザー「萌」、  
枚方市保健所公衆衛生協力会、枚方市農業研究会、枚方市健康づくり食生活改善協議会、枚方市、枚方市教育委員会