

Happy Vegetable Festa 2018

# ハピベジフェスタ 2018

ハピベジ  
ぶんきょう Happy Vegetable 大作戦

野菜でイキイキ! 健康になろう

平成 30 年

8/30 31  
木 金

午前10時～午後5時



体験



展示



食育講座



野菜販売

会場 (入場無料)

文京シビックセンター  
1階展示室

地下2階区民ひろば

運営協力

子ども野菜大使・クッキング応援隊

デザイン: 拓殖大学大学院  
工学研究科2年  
妹尾涼

「ハピベジ」ホームページでも情報発信中

<http://happyasai.org/>



拓殖大学工学部デザイン学科との協働

「ぶんきょう Happy Vegetable 大作戦」(通称ハピベジ)は、区による野菜のメニュー提案・普及事業として立ち上げた施策です。区民・事業者・大学・保健所が力を合わせて、野菜の食育を中心とした「食環境プロジェクト」を目指します。

お問い合わせはこちらから

文京保健所健康推進課

☎ 03-5803-1229



文京区

紋章

Happy Vegetable 大作戦を効果的に実施していくために、区が行う食育情報の配信、野菜大使考案メニューのデザイン、加盟店マップの作成などに、拓殖大学工学部デザイン学科のアイデアを活かしています。

## 展示 (1階展示室)

### 展示室 1

- ★ 区立小中学校 野菜となかよし  
明日葉パンの無料配布あり (各日先着 100名)
- ★ 区立保育園 野菜と仲良くなるろう!
- ★ キッズソフィア白山 夏にぴったり! 麻婆茄子
- ★ 帝京平成大学 健康栄養学科 野菜を食べて骨折予防!!  
踵骨骨量測定 受付時間 10:00~13:00、14:00~16:30
- ★ 拓殖大学 工学部デザイン学科 ベジクラ (ベジタブル・ペーパークラフト)
- ★ パセリの会 豊富な栄養“カボチャ”
- ★ 味わいクラブ 男性がつくる旬の野菜をつかう料理
- ★ 茗台ダイニング 旨いものは自分で作る
- ★ ハート&ヘルスサークル 健康的に生きる; 自分にあった食事・野菜量を知りましょう

### 展示室 2

- ★ 文京保健所 サッと確認! 栄養バランス  
フードモデルを使用した栄養バランス診断
- ★ お茶の水女子大学公認サークル Ochas 野菜を食べる幸せを広げる
- ★ 跡見学園女子大学 石渡ゼミ 食物繊維で腸内環境を改善しよう
- ★ 文京保健所 生活衛生課 野菜の洗い方
- ★ アップル薬局 千駄木店 炭水化物の多い野菜を知ろう!
- ★ 文京保健所 健康推進課 野菜を食べてしあわせになろう

## 食育講座 (地下2階区民ひろば)

30(木)

- 10:30 いろんな野菜の大きな絵本とパネルシアター  
真砂中央図書館  
パネルシアター  
~野菜を好き嫌いなく楽しく食べよう~
- 11:00 お茶の水女子大学公認サークル Ochas
- 12:00 女性の健康をサポートする食事  
~野菜をとりよう~ ※ 整理券配布・記念品あり
- 13:00 大塚製薬株式会社 田澤 梓
- 13:30 野菜を食べてがん予防!  
都立駒込病院 小倉 ゆかり
- 14:30
- 15:00 いろんな野菜の大きな絵本とパネルシアター  
真砂中央図書館  
パネルシアター  
~野菜を好き嫌いなく楽しく食べよう~
- 15:30 お茶の水女子大学公認サークル Ochas

31(金)

- 10:30 いろんな野菜の大きな絵本とパネルシアター  
真砂中央図書館  
パネルシアター  
~野菜を好き嫌いなく楽しく食べよう~
- 11:00 お茶の水女子大学公認サークル Ochas
- 12:00 かつお節だしの魅力でこどもの苦手野菜の克服方法  
※ 整理券配布・記念品あり
- 13:00 株式会社になべん 荻野目 望
- 13:30 足りていますか、あなたの野菜量?  
~野菜ってこんなに大事~
- 14:00 順天堂大学医学部附属順天堂医院 杉本 栄
- 15:00 いろんな野菜の大きな絵本とパネルシアター  
真砂中央図書館  
パネルシアター  
~野菜を好き嫌いなく楽しく食べよう~
- 15:30 お茶の水女子大学公認サークル Ochas  
(敬称略)

◎ 整理券配布について

大塚製薬(株)、(株)になべんの食育講座は、当日各講座開始 15分前から 30分間、食育講座会場にて整理券を 1人1枚配布します。講座終了後、整理券と引き換えで記念品をお渡しします。

## 野菜販売 (地下2階区民ひろば)

10:00~14:00

クイーンズ伊勢丹小石川店と子ども野菜大使が販売します。

## 食べて味わう! ハピベジ加盟店によるランチ

シビックセンター 13階食堂

8/27~31

(8/31)「ゴーヤーチャンプルー」  
ごはん・みそ汁・小鉢付き

11:30~13:30

税込 590円  
野菜量 150g



シビックスカイレストラン 椿山荘 25階

8/30-31

各日 20食!

「ハッピーベジタブル2018松花堂」  
※ ご予約は受け付けておりません

11:30~16:00  
(ラストオーダー 15:00)

税込 2,200円  
野菜量 167g

