

「いばらきキッズマルシェ」 値決め、ポップ作り、販売体験



チーム対抗戦!! どんどん声も大きくなり 元気一杯!



【和食のすすめ】

さいだい ちえ
おいしくたべる最大の知恵！ 「だし」

かつお節や煮干しには、カルシウム

昆布にはミネラル

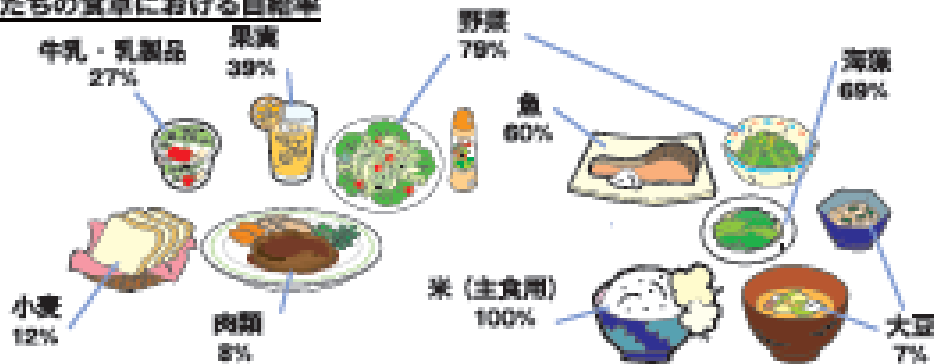
干し椎茸にはビタミンD

栄養がいっぱい！



農林水産省「和食」より

私たちの食卓における自給率



わしょく えいよう ぼらんす
和食は栄養 バランスがとてもいい!



栄養

- * **主食**、**主菜**、**副菜**がそろい理想的な**栄養バランス**!
- * **主食** (ごはん) と **副食** (おかず) を交互に食べよう!
- * うまみ (だし) を大切にすることで**塩分**や**カロリー**のコントロールができる!



学習・プログラム実践・試験を経て食育チーム誕生！

食育講座
「食は楽しく **選食力**を
つけよう！」



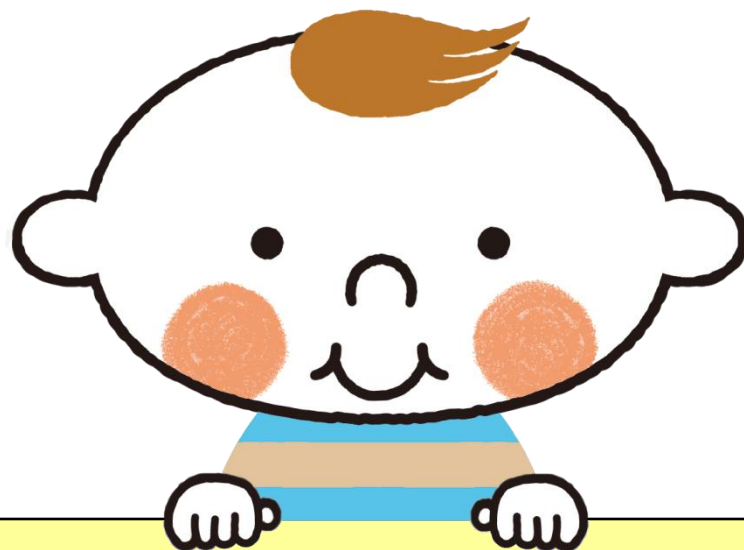
学校・行政・JAや諸団体と連携した食育活動「たべる、たいせつ」



2025年ビジョン

「食卓を笑顔に 地域を豊かに 誰からも頼られる生協へ」





ご清聴、有難うございました。

いばらきコープ ホームページ <http://www.ibaraki.coopnet.or.jp/>