

# 「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

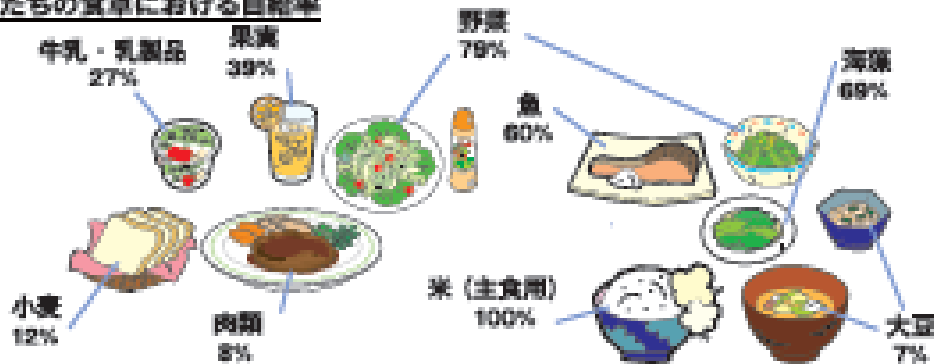
干し椎茸にはビタミンD

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



わしよく えいよう ぼらんす  
**和食は栄養 バランスがとてもいい!**



しやしよく しやしさい ふくさい りそつてき えいよう  
\*主食、主菜、副菜がそろい理想的な栄養バランス!

しやしよく よくしよく こうご と  
\*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！」



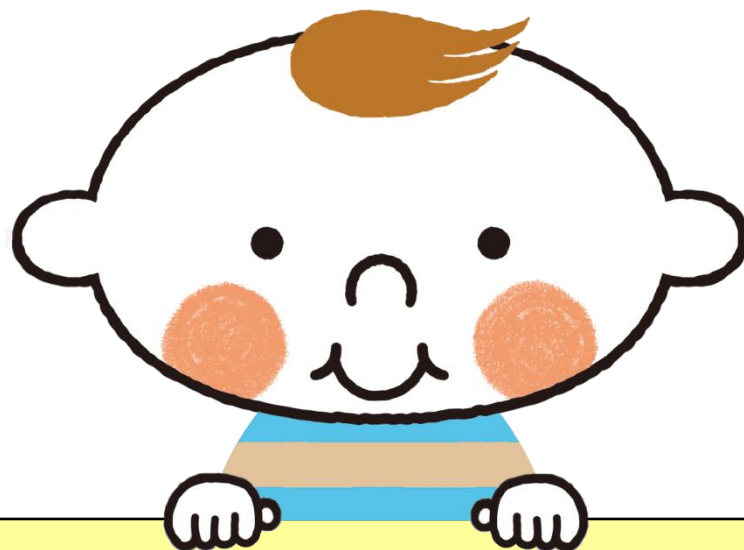
学校・行政・JAや諸団体と連携した食育活動「たべる、たいせつ」



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/>