

# 令和4年度「野菜で健康大作戦」セミナー開催要領

## 1 目的

野菜で健康大作戦協力店関係者及び青森県内で食育活動に取り組む食育指導者等を対象に、県民の野菜摂取量増加に向けた取組を行う際に役立つ知識や野菜料理の調理技術を習得するためのセミナーを開催する。

## 2 主催

青森県

## 3 日時及び会場

日時	会場	定員
令和4年11月22日(火) 11:00~12:30	アピオあおもり 1階 調理実習室 青森市中央3-17-1 TEL: 017-732-1010	各会場 20名
令和4年11月25日(金) 11:00~12:30	八戸市根城公民館 調理室 八戸市根城3丁目11-22 TEL:0178-44-6927	
令和4年11月29日(火) 11:00~12:30	弘前市総合学習センター 2階 調理実習室 弘前市末広4-10-1 TEL:0172-26-4800	

## 4 内容及び日程

11:00~11:05 挨拶

11:05~12:05 調理実習

カット野菜・冷凍野菜で、野菜たっぷりベジウまめしをつくろう！

【講師】 自宅れすとらん「こんみど」主宰 尾崎 優氏

株式会社アール・イー・ビーサービス 八木橋智香子氏

12:05~12:30 意見交換

## 5 参集範囲

野菜で健康大作戦協力店関係者及びあおもり食育サポーター等の食育指導者

## 6 参加費

無料

## 7 その他

調理実習を行いますので、三角巾、エプロンを御持参ください。

新型コロナウイルス感染症対策のため、マスクの着用をお願いします。