

## おにぎりアクション／米食推進オンラインセミナー 実施概要

### 目的：

朝ごはんはパンをはじめとした食の多様化や糖質制限ダイエットの影響から米の消費量は減少の一途をたどっている。そこで、エビデンスに基づいた米食と健康にかかる有効性の周知を行うとともに、米食の正しい実践方法を普及・定着させるオンラインセミナーを開催し、米の消費拡大を図る。また、“おにぎり”の写真投稿で開発途上国の子どもたちに給食をプレゼントできる「おにぎりアクション」を紹介し、身近な食を通じた社会貢献参画を促す。

開催日時：令和4年10月23日（日）14時～16時

スタジオ： 東京都内キッチンスタジオ（東京メトロ「市ヶ谷駅」徒歩3分）

対象： お子さんが小学生から中学生の親子

参加方法： スタジオ または Zoomウェビナー

募集数： スタジオ 10組（20名）、Zoomウェビナー 100組（200名）

参加費： 無料

### 実施内容：

- 講師 日本健康食育協会 柏原ゆきよ 代表理事
- 内容
  - ・おにぎりアクションについて学ぶ
  - ・いちほまれの美味しい炊き方
  - ・おくちの秘密&実験、ごはんの上手な食べ方
  - ・おにぎりを作って、おにぎりアクションに参加
- 募集 おにぎりアクション HP・SNS、いちほまれ HP・SNS
- 参加者事前送付物

協賛企業	商品
ふくいブランド米推進協議会	いちほまれ300gパック 県産品
オイシックス・ラ・大地	国産旨塩のり
旭化成	サランラップ (R) 22cm×20m サランラップ (R)にかけるペン (6色セット)
井村屋	お赤飯の素
ニコニコのり	焼きのり極 5枚入り

※送付物の内容は変更する場合があります