

福井県から・・・健康と環境にやさしい食育のご提案！

週末は、家族でかこむ
ふく **囲鍋**！
「食育」 × 「地産地消」 × 「健康」



食育先進県 福井では、家族や仲間と一緒に囲み、会話もはずむ、
「ふく囲鍋」を推奨しています。

◆「ふく囲鍋」をすすめるたくさんの理由(わけ)◆

- 旬の野菜、食材を豊富に使うため、**野菜の摂取量**が上がる(350g/日)！
- 地元の食材を使うことで、**地産地消**に貢献できる！
- 鍋は素材の旨味が凝縮、**和食の基本「出汁」「旨味」**をおいしく体感できる！
- 薄味メニューなので、**味の付け**で**2度**、**おいしさ**を味わうことができる！
- 調理の手間がかからず、**気楽**に取り組むことができる！
- 家族や友達と一緒に囲むので、**会話**がはずみ、**心も温か**、**お部屋も暖か**！



福井県 農林水産部 食料産業振興課

電話：0776-20-0421 FAX：0776-20-0649

