



Sayama Wellness Journey



野菜を食べて健康に！

自分に必要な野菜の量、知っていますか？
楽しく野菜を食べるための特別講演会を開催します！

2025年 3月2日 日

時間：13:30～16:00 開場 13:30

※講演会は14:00～15:30です

場所：狭山市市民会館 小ホール

定員：200名（先着順、事前申し込み制）

※お子さま連れ大歓迎 保育はございませんのでご了承ください

※手話通訳あり

参加費無料
おみやげつき◎

— 内容 —

● 講演会「野菜を楽しみもっと健康に！」

講師 **キューピー** 前田 淳 氏

● 料理研究家 土田丹智子氏 による講話

広報さやま連載「もぐもぐSayama」でおなじみの土田氏が
狭山の野菜について語ります！

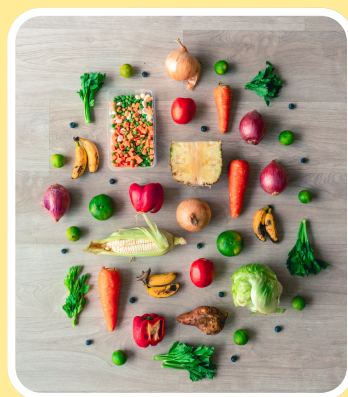
● 健康啓発ブース ※講演の前後でご参加いただけます

食育コーナー

健康マイレージ登録コーナー

狭山の食材レシピ本販売

大人気！ 野菜充足度チェック ～手のひらをかざすだけで、
野菜が足りてるかがわかつちゃう？！



ポイント付与対象事業

市ポイント 100P

県ポイント 1500P

申し込み

2月17日（月）8：30より申し込み開始！
二次元コードまたは電話でお申し込みください。
☎ 04-2956-8050（平日 8：30-17：15）



主催：狭山市役所 健康づくり支援課
協力：キューピー株式会社
明治安田生命保険相互会社
所沢支社 狭山営業所