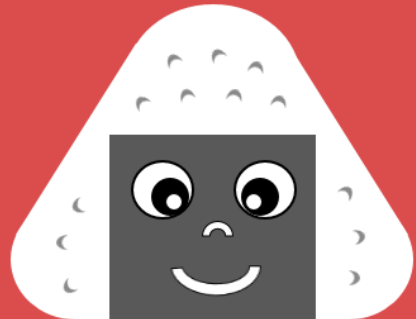


魚沼地域定住自立圏（魚沼市・南魚沼市・湯沢町）

# おいしい 食べきり運動 展開中

おいしい

もったいない！



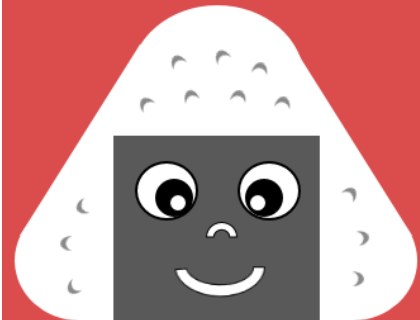
のこさずたべよう！

魚沼地域定住自立圏（魚沼市・南魚沼市・湯沢町）

# おいしい 食べきり運動 展開中

おいしい

もったいない！



のこさずたべよう！

## おいしい 食べきり運動

南魚沼市・魚沼市・湯沢町では、おいしい食材を使った料理を、適量で楽しく食べきる「おいしい食べきり運動」を実施しています。

### ●もったいない！

みんなで残さず食べましょう。

### 会食・宴会五箇条

**その一** まずは、「適量注文」

**その二** 幹事さんから、おいしく食べきろうの「声かけ」

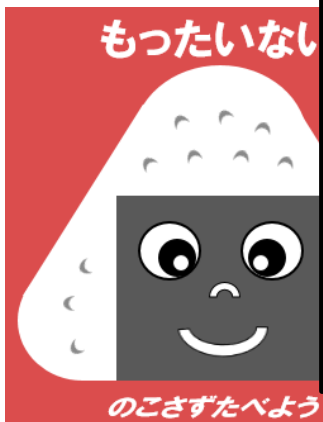
**その三** 開始後 15 分間、閉会前 10 分間は、料理を楽しむ「食べきりタイム」

**その四** 食べきれない料理は、「仲間で分け合う」

**その五** 目指すは完食！でも食べすぎ注意。できる場合は「持ち帰り希望」

魚沼地域定住自立圏（魚沼市・南魚沼市・湯沢町）

# 食へのきり運動 展開中

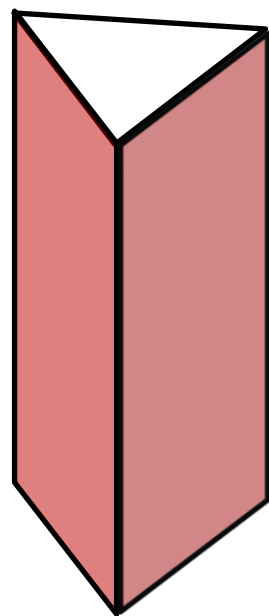


## 三角柱ポップの作り方

下図のように、三つに折って三角柱を作り、のりで貼り付けてください。

テーブルなどに置いて使用します。

現物は厚紙に印刷したものを配布します。



おいしい

## り運動

町では、おいしいを、適量で楽しくい食べきり運動」。

い！

食べましょう。

## 会五箇条

「適量注文」

んから、おいしいの「声かけ」

15分間、閉会、料理を楽しむイム」

んない料理は、合う」

は完食！でも

長へりさ注意。できる場合は「持ち帰り希望」

のり付け