

大学生100人、 またまた おじゃまします！！



 **国際ボランティア学生協会(IVUSA)**

今回は**私**たちから、
西伊豆の**皆**さんに
楽しんでもらえる
お祭りを企画しました！

日時

2017年2月25日(土)15:00～

場所

西伊豆町
旧田子中学校・校庭

その名も・・・

健康野菜の祭典

ヤーコンフェス

詳しくは裏面を！

健康野菜の祭典

ヤーコンフェス

私たちNPO法人国際ボランティア学生協会（通称:IVUSA）は2013年の災害救援活動より西伊豆町と関わらせていただいています。

これまでの活動は、景勝地・黄金崎の松林整備活動、ヤーコンを使ったソーシャルビジネス事業の開発、鉱山跡地の緑化活動多岐にわたります。

2016年2月には西伊豆町と地域連携協定を締結し、今後も西伊豆町と協力して様々な取り組みをさせていただく事になりました。今回の活動ではその一環として、ヤーコンを使った新しい料理を作り、ヤーコンという健康野菜をもっと皆さんに知っていただくためにヤーコンフェスを実施します！！

フェスの目玉はレシピ開発コンテストです。私たちIVUSAが3つのチームに分かれて開発したメニューを、町民の皆様に食べていただき、投票していただき、ヤーコンの名物料理を決定します！その他企画も計画中です！！

ヤーコンって何??

ヤーコンは南米アンデス原産のキク科の根菜。背が高くひまわりのような矢尻型の葉をつけ、地下部にはサツマイモ似のイモができます。近年の研究でヤーコンの葉の中にも緑茶を凌ぐほどのミネラル類をはじめ、新たな健康成分が発見され注目を浴びている…根も葉茎も健康成分の宝庫と呼べる野菜なのです！



ヤーコンの芋

- ①オリゴ糖の王様と呼ばれ、世界の野菜の中で一番多くフラクトオリゴ糖が含まれている！
- ②赤ワインと同等量のポリフェノールが含まれている！！
- ③豊富な食物繊維、ベータカロチン、ビタミンCが含まれている！

ヤーコンの葉

- ①芋と同様にフラクトオリゴ糖が多量！
- ②ポリフェノール、カテキンが豊富！
- ③豊富なミネラル（特にカルシウム、カリウム、マグネシウム、亜鉛、鉄）に、ビタミンA・B1・B2・Cも含まれている！
→お茶として飲めば糖尿病、高血圧に効果があると言われている！



企画概要 「ヤーコンフェス」

日程 2017/2/25(土) 14:30開場 15:00開始
場所 静岡県西伊豆町 旧田子中学校（体育館、校庭）
〒410-3515 静岡県賀茂郡西伊豆町田子965-1
主催 NPO法人国際ボランティア学生協会(IVUSA)
後援 西伊豆町
協力 各地区まちづくり協議会・各地区食部会 等（予定）

当日のプログラム
14:30 開場
15:00 フェススタート
17:00 フェス終了
18:00 レシピ開発コンテスト・結果発表
18:30 町民の皆様×IVUSA学生 懇親会
20:00 懇親会終了