

令和2年度とちぎっ子食育出前講座の実施について

1 対 象

県内の保育園、幼稚園の園児、ならびに学童保育の児童など

2 内 容

①講座は同一学年で2回以上/年を開催とし、3の(1) 必須プログラムから1講座を選択し講座を1つ以上実施してください。

②講座修了後、写真データと併せて別紙様式2により食育出前講座実績報告書を提出ください。

③食育応援団の派遣に要する経費について、公社は1回分のみの負担となります。その他の回につきましては、話し合いにより決定してください。

3 講座プログラム

(1) 必須プログラム (①～④から1 講座選択実施)

①食の栄養バランスについて

②偏食について

③食生活について

④旬の野菜について

(2) 選択プログラム (任意に希望される講座)

例) バター作り体験

うどん打ち体験

アイス作り講座

野菜のスムージー講座 など ※詳細は別紙参照

ただし、材料代として実費のご負担をお願いします。

※内容により50円～300円/1名程度

4 申込方法

別添様式1にご記入の上、講座を開催される日の2ヶ月前までに、FAX若しくはメールでお申込ください。

5 問合せ先

詳細については下記にお問い合わせください。

(公財) 栃木県農業振興公社 農政推進部 食と農推進担当

☎028-648-9515 FAX028-648-9517

E-mail : s-hori@tochigi-agri.co.jp

(別紙)

とちぎっ子食育出前講座一覧

【必須プログラム一覧】

①食の栄養バランスについて

食品3大栄養について、食育タペストリーを使用し解説します。

②偏食について

偏食による弊害（うんち）のお話しについて食育エプロンシアターを使用して解説します。

③食生活について

食べ物の組み合わせについて、食育タペストリーを使用して解説します。

④旬の野菜について

季節の野菜について食育タペストリーを活用して紹介します。

【選択プログラム内容一覧】

①食生活改善・栄養管理分野

- ・味噌玉づくり講座・・・忙しい朝でも簡単にできる味噌汁の作り方を提案します。
- ・野菜のスムージー講座・・・野菜がたっぷりとれる野菜スムージーをつくります。

②食文化・郷土料理・地産地消分野

- ・しもつかれ講座・・・しもつかれの歴史と鎌倉時代の物語を紹介します。
- ・耳うどん講座・・・県内の小麦文化を知り、耳うどんを一緒につくります。
- ・のっぺい汁講座・・・県産かんぴょうが入ったとちぎ伝統料理の紹介です。

③農林水産物生産分野

- ・収穫体験・・・近隣の農家さんを紹介し、農業体験を行います。
- ・農家とのふれあい講話・・・農家さんとおしゃべりをし、食育紙芝居や食育カルタを行います。
- ・バター作り体験・・・バター作りを通して、食物生産を学びます。

④食品製造・食品流通・食品加工分野

- ・食品製造体験・・・お豆腐づくり体験や納豆づくり体験を行います。
- ・うどん打ち体験・・・県産小麦粉を使用して、うどんをつくります。
- ・県産野菜漬物講座・・・旬の県産野菜を使って浅漬の漬物をつくります。
- ・アイス作り講座・・・新鮮な牛乳をつかって、美味しいアイスを作ります。

⑤食品衛生分野

- ・正しい手の洗い方講座・・・食品工場での手の洗い方について実演を交えて紹介します。
- ・野菜の洗い方講座・・・食品工場での野菜の洗い方を紹介します。

⑥その他

- ・田んぼや小川の生物採集講座
・・・身近な水辺の生物採集を行い、環境や生物の紹介をします。

※上記以外で、ご希望の講座がありましたら、ご相談ください。