

JAバンク山梨食農教育出張授業（食育ワークショップ） ～「食農教育実践プログラム」～

本プログラムは、第3回キッズデザイン賞を受賞した「食の知恵袋」（料理家：奥秋曜子氏）に、全国に誇れる県産食材を絡めた「食農教育実践プログラム」で、県内の小学校や子どもクラブ、育成会等の児童（1～6年生）、就学前園児等（3歳以上）とその保護者を対象に、食への関心・興味を高揚し、食の大切さ、食を支える農業の役割、自らのくらしと社会の営みとの関わり、地域の食文化、命と健康の尊さなどに対する興味や理解を多面的に広げ、深めること等を狙いとしています。

No	タイトル	実施形態	授業内容	所要時間	参加対象 (目安)	派遣講師	材料等	備考
①	「県産米の飯炊き」体験（★）	座学・実習 ※参加対象が3歳以上の子どもと保護者の場合、実習のみでも可。	<ul style="list-style-type: none"> ・「飯炊き」体験 ・鍋で白米を炊きます。 ・災害時にも役立ちます。 	実習：45分程度 座学：炊いている時間帯	高学年 3歳以上の子どもと保護者	Office OKUAKI 代表 料理家：奥秋曜子氏	県産米	※IHまたはカセットコンロが必要。 ※家庭科との連携も可能。
②	「県産果実・牛乳フルーチェ」風デザート作り		<ul style="list-style-type: none"> ・「フルーチェ」風デザートを作ります。 ・果実のペクチン（タンパク質）と、牛乳のカルシウムの反応でフルフルのデザートが作れることを学びます。 	座学：15分程度 実習：15分程度	高学年		季節の県産果実、県産牛乳、ペクチン	
③	「県産卵アイスクリーム」作り		<ul style="list-style-type: none"> ・「アイスクリーム」はなぜおいしいか。 ・同じ材料に空気を含ませたものと、含ませないものとで比較します。 	座学：15分程度 実習：1時間程度	高学年		県産卵、生クリーム、砂糖など	※アイスクリーマー、冷凍庫が必要。
④	「県産食材ほうとう」作り		<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理の「ほうとう」を麺から手作り、山梨の食文化を学びます。 ・だし、麺、具材についても学びます。 	座学：15分程度 実習：2時間程度	低・中・高学年		小麦粉、県産野菜、煮干し、味噌など	※敬老の日や母の日といった歳時との連動可能。
⑤	「県産はちみつグミ」作り（★）		<ul style="list-style-type: none"> ・「ゲル化剤」の研究。 ・「寒天」と「ゼラチン」の違いを学びます。 ・夏休みの自由研究などのきっかけ作りになります。 ・歯磨きの大切さも学べます。 	座学：30分程度 実習：15分程度	低学年 3歳以上の子どもと保護者		県産はちみつ、レモン、ゼラチン、水あめなど	※電子レンジまたはIH使用。
⑥	「富士山麓の牛乳と卵のプリン」作り（★）	実習のみ	<ul style="list-style-type: none"> ・こどもが好きなおやつ定番のプリンを作ります。※季節により県産カボチャプリン等アレンジも可能です。 	実習：20分程度 ※試食用を用意	3歳以上の子どもと保護者		県産牛乳、県産卵、砂糖、生クリームなど	※IH使用。
⑦	「旬の県産食材 早寝早起き朝ご飯」	座学のみ	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養価が高い旬の県産食材を通して「早寝早起き朝ご飯」の大切さを学びます。 ・また規則正しい生活が、健康と高い学力をつくることを、子育ての経験を踏まえて講演します。 	45分～1時間程度	保護者		—	※PTAの保護者向け講演会としても活用可能。

*2つのプログラムを組み合わせることや、保護者への講演と子どもの実習を組み合わせることなど、ご要望に応じて実施内容がアレンジ可能。（★）のプログラムは就学前の子ども（3歳以上）と保護者も対象としてのワークショップ。