2023年度 JAバンク山梨食農教育出張授業

~ 食農教育実践プログラム ~

1. 目的

県内の小学校、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、関係者等を対象に、食育の三本柱である「くらし」・「からだ」・「こころ」に寄り添いながら、安全・安心な「食」と、「食」を通じて農業の大切さを伝えること、自らのくらしと社会の営みとの関わりや、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、深めることを狙いとしています。

2. 開催概要

① 主 催:JAバンク山梨(山梨県信用農業協同組合連合会)

② 開催日時 :2023年5月1日~2024年2月29日

③ 対象者:県内の小学校、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、関係者等

④ 人 数:20名程度(各校と要相談)

⑤ 場 所:教室など(各校と要相談)

⑥ 内 容:座学授業·実習

⑦ 申込方法:電子メールで申込用紙を添付し送付(山梨県信連 担い手サポートセンター宛) 申込用紙はJAバンク山梨HPよりダウンロードしてください。

⑧ 費 用:無料

※申込多数の場合は、開催校数を調整させていただきます。

3. 授業概要(別添もご確認ください)

① 時 間:座学15分程度、実習30分程度

② 内 容:下記のとおり ※どちらかを選んでいただきます。

No.1 地産地消ってなに?~JA直売所を知ろう~

実施形態	座学	実習
内容	・地産地消について学びます	・野菜の袋詰めなど簡易な農作業を体験します
	・JA直売所の役割について学びます	
講師	JAバンク山梨(山梨県信連)職員	

No.2 丈夫な身体づくりは栄養バランスから!~野菜をはかりに乗せてみよう~

実施形態	座学	実習
内容	・管理栄養士が食事の栄養バランスにつ	・はかりに県産野菜をのせ、一日に必要な摂取
	いて説明します	量を学びます
講師	・JAバンク山梨(山梨県信連)職員	
	・山梨県厚生連 管理栄養士	

No.1 地産地消ってなに?

~JA直売所を知ろう~

山梨県には全国生産量一位の特産物がたくさんあります。どんなものがあるでしょうか。また、そうした地元で作られたものを皆さんは食べていますか?その地域で生産されたものを、その地域で消費することを「地産地消」といいます。

授業では、地産地消の大切さと生産者に最も近い直売所の役割について学びます。

座学① 地産地消について学びます

- ・山梨の特産物を紹介し、地産地消を学びます
- ・都度簡単なクイズなども行い、児童参加型とします

座学② JA直売所の役割について学びます

- ・「JAグループ山梨農作物直売所マップ」を配布し、直売所とはなにかを説明します
 - (1)直売所はどんなところ?
 - (2)直売所では何を売っているの?
 - (3)直売所の野菜は新鮮で安心安全?
 - (4) 直売所は誰が利用できるの?
 - (5)直売所はどこにあるの?

実習 野菜の袋詰めなど簡易な農作業を体験します

- ・バッグシーラーを使用し、野菜(ナス・キュウリなど)の袋詰め作業を行います
- ・値札シールを手作りします(生産者名・金額などを記入し、オリジナルシールを作成する)
- ※生徒数によっては、2グループに分け、それぞれ袋詰めとシール作成を行います

値札シール

・人 品名 コ゛ールト゛ラッシュ 生産者 シンレン タロウ 生産地 甲府市 金額 100円



バッグシーラー

No.2 丈夫な身体づくりは栄養バランスから!

~野菜をはかりに乗せてみよう~

普段の食事は、身体に栄養を与える重要な役割を果たしています。しかし食事を抜いたり、栄養が偏った食べ方をしたりすると、身体の不調をきたす恐れがあります。

授業では、管理栄養士が丈夫な身体をつくるための栄養バランスを紹介します。また、 一日に必要な摂取量を、実際の野菜を使って学びます。

座学 管理栄養士が食事の栄養バランスについて説明します

- (1)栄養バランスってなに?
- (2)主食・主菜・副菜ってなに?
- (3)病気のリスクが低下する?
- (4)何を食べればよいの?
- (5)一日に必要な野菜の量って?

実習 はかりに県産野菜をのせ、一日に必要な摂取量を学びます

- ・座学で学習した一日に必要な摂取量を実際に目で見て学びます
- ・はかりにピッタリ、摂取量を乗せられるか、チャレンジ(選手権)をします
- ・JA 直売所マップを配布し、直売所の紹介をします

