

## 令和5(2023)年度とちぎっ子食育出前講座の実施について

子供たちの食と農への理解促進や興味関心を高めるため、食に関する講話や体験講座を行うボランティア「とちぎ食育応援団」を派遣いたします。

### 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、1つ以上選択プログラムにおいて任意の講座を実施してください。
- ②講座修了後、写真データ(2枚以上)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とちぎ食育応援団の派遣に要する経費について、公社は2回分(必須・選択プログラム1回ずつ)のみの負担となります。その他の回や材料費につきましては、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。申込後、日程や内容、講師の調整により講座開催の決定をいたします。

### 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 : [a-minami@tochigi-agri.co.jp](mailto:a-minami@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】☆必須プログラムは食に関する講話を行うプログラムです。

- 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】☆選択プログラムは様々な体験講座を実施するプログラムです。

- 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。