

幼児食農教育 プログラム

改訂版 2013

～正しい食習慣と生活リズムを身につけ、生きる力の基礎をつくる幼児期の食育～



平成25年3月 岐阜県

目 次

I	幼児食農教育プログラムとは	1～2
II	幼児のための五感で学ぶ食農教育プログラム	
1	幼児食農教育プログラムの概要	3
2	幼児食農教育プログラムの内容	3～5
3	食農教育を行うときのポイント	5
4	食農教育の年間計画の立て方	5
III	食農教育の実践	
1	健康と食事	
(1)	ねらい	6
(2)	活動のポイント	6
2	農作物の栽培体験	
(1)	栽培体験のねらい	7
(2)	活動のポイント	7
(3)	栽培体験の準備のポイント	7
(4)	栽培の基本	8～11
(5)	栽培方法	12
	●別冊1（栽培方法）	
3	調理体験～キッズ・キッチン～	
(1)	調理体験のねらい	13
(2)	活動のポイント	13
(3)	スタッフの心構え	13
(4)	調理体験準備の注意事項	14
(5)	レシピ・分量表・調理手順	15
	●別冊2（レシピ・分量表・調理手順）	
(6)	タイムスケジュール	15～16
	●別冊3（タイムスケジュール）	
(7)	食材下準備	16
	●別冊4（食材下準備）	
(8)	活動の要点	17
	●別冊5（活動の要点）	
(9)	デモンストレーション読み原稿	17～18
	●別冊6（デモンストレーション読み原稿）	
(10)	子ども用レシピ	18
	●別冊7（子ども用レシピ）	
4	その他の食農教育の活動	19～23
5	その他教材	23
	●別冊8（その他教材）	
IV	CD-ROMの使い方	
1	CD-ROMの構成	24
2	使い方	24
3	CD-ROMに入っているデータ	24
4	検索表	25～26
V	相談窓口一覧	27～28
VI	その他	
1	ぎふ食育キャラクター	29～30
2	幼児食農教育プログラム改訂版検討委員	31
3	本書に掲載した写真をご提供頂いた方	31

I 幼児食農教育プログラムとは

食は命の源であるにもかかわらず、食の大切さに対する意識の低下や食をいただく感謝の心が失われ、食習慣の乱れからさまざまな健康問題も生じています。また、青少年のいじめや自殺など「生命(いのち)」を軽く見る事件が多くなり、大きな社会問題になっています。

このような現状を打開するためには、未来の社会を担う子ども、特に心身の発達時期にある幼児が、多くの生命に接しその大切さを心で感じたり、健康な生活を送るための基礎能力を身につける直接体験（身体を使う体験）をすることが大切ではないでしょうか。

食農教育のねらいは、子ども達の中に「生きる力」を育むとともに、作物を育てる楽しさを知ってもらうことです。

子どもたちは、自分で育て、生長する様子をそばで見ているからこそ、そこに“命”を感じ、収穫・調理して食べることで、命をいただいて生きていることに気が付きます。実体験を通して、自然や農業に関心を持ち、食べ物をつくることや命の大切さを知っていくのです。

また、保護者の方には、これらの活動を通して、子どもが得た感動や発見を一緒に分かち合い、子どもとのコミュニケーションを深めながら家庭における豊かな食生活を実現していただくことを期待するものです。

県では、平成18年度に、生命の尊さを実感し感動することができる農作物の栽培、味覚の発達を促す食べる体験、料理をつくる基礎能力を養う調理体験などを通じ、食と農の大切さを理解し生きる力の基礎を身につけ、幼児の心身の健全な発達を促す「幼児食農教育プログラム」を作成し、多くの保育所（園）や幼稚園で取り組んでいただきました。

この度、より食農教育の活動を深めていただくために、現在の「幼児食農教育プログラム」に実践編を加えた改訂版を作成しました。本書は、本冊と別冊からなり、全編の内容をCD-ROMに収録しています。

保育所（園）や幼稚園において、家庭と連携を図りながら「食農教育」に取り組む際のテキストとして、是非、ご活用ください。

食農教育のなかで幼児に伝えたい8つのこと

- 1 食べ物は人間が生きていくうえで、大切なものであること
- 2 食べることは、動植物の生命をいただいているということ
- 3 食べ物は、自然の恵み(太陽や水、土の力)があってできること
- 4 食べ物は、食べるまでに多くの人に関わってできていること
- 5 食べ物は無限にあるものではないから、無駄にせず大切に食べること
- 6 野菜は体の調子を整える大切な食べ物であり、毎日食べる必要があること
- 7 日本の四季にはそれぞれ旬の食べ物があり、地域に伝わる食文化があること
- 8 食べ物を生産する「農業」は、人間にとって重要な産業であること

食育

生涯にわたって健全な食生活を実践できる人を育てる

食を生み出す農の重要性を知る

食の正しい知識を身につける

必要な食を選ぶ力を身につける

健全な心身

豊かな人間形成

幼児食農教育プログラム

農業体験

- ・農作業体験
- ・小動物の飼育
- ・農場見学や生産者との交流など

食に対する感謝
いのちと食と農の大切さ、
食と自然といのちのつながり、
旬、地域の農産物を知る
自然や環境を守る

味覚

嗅覚

五感で習得

触覚

聴覚

- ・収穫物を使った調理体験
- ・収穫物を使った加工体験など

食体験

味覚の発達
ふるさとへの関心・親しみ
季節感・旬の実感
食習慣やマナーの習得

視覚

調理体験

素材への関心、食欲の向上
多くの種類・嫌いな食べ物が食べられる
基本的な食生活習慣の習得

食育推進ボランティア、農業指導者、行政等の支援

II 幼児のための五感で学ぶ食農教育プログラム

1 幼児食農教育プログラムの概要

幼児食農教育プログラムは、栽培した農産物を使って調理し食べることを中心に「食」や「農」を体験し学ぶ食育のプログラムです。食育を行う3つの場面で構成する当プログラムは、全ての項目(オプションの項目を除く)を行うことを基本とします。

- (1) 保育室の場・・・よく食べること、バランスの良い食事、いいうんち
- (2) 体験の場・・・農作物の栽培体験、調理の体験、給食で食べる体験、生産現場の見学
流通・加工施設の見学、保護者との体験
- (3) 保護者への働きかけ・・・セミナーや給食だよりなどによる保護者の食育

2 幼児食農教育プログラムの内容

(1) 保育室の場

	食農教育のねらい
1 健康と食事	
(1)「食べる」ってどういうこと？	・毎日の食事は、健康な体をつくるために大切であることがわかる。
(2)バランス良く食べよう	・主食、主菜、副菜、汁物をそろえて食べることができる。
(3)いいうんちとはどんなうんち？	・野菜を毎日たくさん食べることができる。

(2) 体験の場

	食農教育のねらい
2 農作物の栽培体験	
(1)種まき・苗の植え付けを体験しよう	・農作物を育てることは、種まきや苗の植え付けから始まることがわかる。
(2)水やり・草取りを体験しよう	・農作物を育てるには、世話をすることがわかる。
(3)生長を観察しよう	・農作物にも生命があること、生命力の素晴らしさ、不思議さを感じることができる。
(4)食べ頃を知ろう	・収穫に適する農作物の状態がわかる。
(5)収穫を体験しよう	・自然の恵みや収穫の喜びを感じることができる。 ・農作物の旬や季節感がわかる。 ・生命をいただいて人間は生きていることを知り、感謝の心をもつことができる。
(6)収穫物をきれいに洗おう	・収穫した農作物の様子を見ながらきれいに洗うことができる。
(7)新鮮な農作物に触れて、味を知ろう	・農作物には、それぞれ固有の形や色、感触、臭い、味があることがわかる。

食農教育のねらい	
3 調理の体験	
(1) 収穫物を使って料理をつくろう	<ul style="list-style-type: none"> ・食材への関心や食欲を高める。 ・食材に注目し、調理することに関心を持つ。 ・食を選び、料理をつくる基礎能力を身につける。
(2) 収穫物を使って郷土食・行事食をつくろう (OP)	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の食文化に触れ、ふるさとへの関心や親しみを高める。
(3) 自分で料理したものを食べよう	<ul style="list-style-type: none"> ・食べるまでの過程を知り、感謝の心を持ち、喜んで食べることができる。
4 給食で食べる体験(OP)	
(1) 収穫物を使った給食を食べよう	<ul style="list-style-type: none"> ・食材への関心や、食欲を高める。
(2) 収穫物の栄養の話进行こう	<ul style="list-style-type: none"> ・収穫した農産物についての知識を深める。
(3) 郷土食や行事食を食べよう	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の食文化に触れ、ふるさとへの関心や親しみを高める。
5 田畑の農作物の見学 (栽培体験した農作物又は給食の食材の生産現場を見学)	
(1) 農家の人の話を聞いて生産しているところを見よう	<ul style="list-style-type: none"> ・農家の仕事は食べ物を生産する大切な仕事であることを知り、感謝の心を持つことができる。
(2) 農家の技を体験しよう	<ul style="list-style-type: none"> ・農家との交流を通じて、野菜づくりなど農家の技に興味や関心を持ち、楽しさを知る。
(3) 農家が栽培した農産物を食べよう (可能な場合のみ)	<ul style="list-style-type: none"> ・農産物に興味や関心を持ち、その味を知る。
6 食品の流通・加工施設の見学(OP)	
(1) 販売店や向上の人の話を聞こう	<ul style="list-style-type: none"> ・農家が生産した農産物が多くの人の手を経て、自分たちのところへ届くことがわかる
○保護者と体験	
上記2～6のうち1～2つを保護者と体験しよう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族のつながりを強めながら食への関心を高め、家庭内での食に関する話題や行動を増やし、健全な食習慣を身につけることができる。

※OP (オプション) は、保育所 (園) ・幼稚園の実情に合わせて選択します。

※体験内容は、基本的に3歳以上児を対象としています。行う体験の難易度を考慮すれば、3歳未満児にも活用できます。ただし、見学については、受け入れ側の対応もあるので5歳児を対象とします。



(3) 保護者への働きかけ

食農教育のねらい	
7 セミナーの開催や給食だよりなどによる保護者の食育	
(1)望ましい生活習慣とバランスの良い食生活 (2)正しい食習慣を身につける (3)環境にやさしい食生活 (4)子どもが体験した食農教育	・保護者の食育に関する知識や意識の向上、家庭での取組の促進、子どもの生活習慣や食生活の改善を促す。
○子どもと体験	
上記2～6のうち1～2つを子どもと体験しよう	・子どもとスキンシップを図りながら一緒に体験することの素晴らしさを知るとともに、家庭での取組を促進したり、保護者の知識や意識向上につなげる。

3 食農教育を行うときのポイント

- (1) 幼児が日常的に作物の生長を観察できるように、指導者はその機会と環境をつくる。
- (2) 栽培・収穫体験と調理・食体験が連動するように同じ作物を使った体験をさせ、必ず幼児に栽培・収穫した農作物を使っていることの意識付けをする。
- (3) できる限り幼児の五感（視覚、味覚、嗅覚、聴覚、触覚）を働かせる場面を設定し、体験し感じたことを言葉や絵で表現できるようにする。
- (4) 指導者は、作業の手順を教えるのではなく、幼児が主体的に活動し、伝えたいことに気づき発見できるように促す。
- (5) 食農教育の次年度計画を立てるときは、当年度の「計画－実践－評価」をしたうえで、その評価、改善や反省点を反映する。

4 食農教育の年間計画の立て方

- (1) 次年度の年間行事計画と併せて食農教育の年間計画を立てる。
- (2) 栽培する作物が決定したら年間行事予定の下段に、おおよその栽培スケジュールを記載する。
- (3) 栽培する作物を使った体験の内容を考える。恒例の年間行事との調整を取りながら、行事として行うのか、日々の教育時間で行うのかを考慮し、体験内容を決める。
 - ① 農作物の観察はどの生長段階（発芽、開花、収穫等）でどのように行うのか？
 - ② 収穫した作物の観察はどのようにするか？
 - ③ 調理体験メニューは何にするか？
 - ④ 給食のメニューは何にするか？
 - ⑤ 生産者との交流はどのようにするか？
 - ⑥ 親子体験は何にするか？
 - ⑦ 作物そのものの味（未調理のもの）を体験するために何をするか？
- (4) イモ類など貯蔵できる作物以外は収穫直後に調理・食体験の行事を行うことになるため、その実施時期を年間予定表に書き込む。（ただし、その年の気象条件等により収穫時期が前後するので、実施日の20～30日程度前に状況を見ながら実施日の最終決定をする。
また、屋外での体験を計画するときは、雨天の場合の予備日を設定する。）
- (5) 調理体験に必要な調理施設や器具がない場合は、現状でできる内容を考える。（あるいは、関係機関の助力を得てできる方法を考える）
< *岐阜県庁農産物流通課では、幼児用調理器具の貸し出しを行っています。 >



III 食農教育の実践

1 健康と食事

(1)ねらい

- ① 毎日の食事は健康な体をつくるために大切であることがわかる。
- ② 主食、主菜、副菜、汁物をそろえて食べることができる。
- ③ いうんちを排泄するために、野菜をたくさん食べることができる。

(2)活動のポイント

- ① 人間が生きるためには、食べることが必要なことを知る。
毎日食べているものは、口から入り、噛まれて、消化され栄養となり、身体に吸収されることで、健康な体ができることを知る。
毎日、毎食、食べ物をいただいていることに感謝する。
- ② 主食、主菜、副菜、汁物をそろえて食べることが大切なことを知る。
- ③ 毎日、排便することは大切であることを知る。
便の種類を色・臭い・形で分類（バナナうんち・カチコチうんち・コロコロうんち・ドロドロうんち）し、憶える。
バナナうんちを毎日排泄できているか確認できるようにする。
食べ物で排泄されるうんちが違ってくこと、野菜をたくさん食べるとバナナうんちが排泄されることを知る。

〈参考〉 バランスの良い食事

何を食べたらいいの？ 一主食、主菜、副菜、汁物をそろえて！

副菜

野菜などを使った料理で、ビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含みます。色や形もさまざまで、食事全体の味や彩りを豊かにします。

主菜

魚や肉、卵、大豆製品などを使ったおかずの中心となる料理で、たんぱく質や脂質を多く含みます。食材や量、調理方法によって、1食のエネルギーや栄養素量に大きく影響します。

主食

ごはん、パン、めん類などで、炭水化物を多く含み、エネルギーのもとになります。主食を何にするかによって、おかずが違ってくので、食事全体を決める中心の料理です。

汁物

食事全体にゆとりやうるおいを与えてくれる、汁物、飲み物、果物などです。1日全体のバランスを考えてとります。



2 農作物の栽培体験

(1) 栽培体験のねらい

- ① 農作物は、種まきや苗の植え付けから始まること分かる。
- ② 農作物を育てるには、世話をする必要があること分かる。
- ③ 農作物にも生命があること、生命力の素晴らしさ不思議さを感じることができる。
- ④ 収穫に適する農作物の状態がわかる。
- ⑤ 自然の恵みや収穫の喜びを感じることができる。
農産物の旬や季節感がわかる。
生命をいただいて人間は生きていることを知り、感謝の心を持つことができる。
- ⑥ 収穫した農産物の様子を見ながらきれいに洗うことができる。
- ⑦ 農産物にはそれぞれ固有の形や色、感触、臭い、味があること分かる。

(2) 活動のポイント

- ① 種子や苗を確認して、その形や色、大きさを確認する。
- ② 農産物を育てるには、水やりや草取りなど世話をする必要があることを知る。
- ③ 農産物の生長の様子や大きさを観察する。
農産物の種類によって食べる場所や、実のなり方等が違うことを知る。
- ④ どんな状態になるとおいしくなるのか観察する。
- ⑤ 小さな種子や苗から、時間をかけてたくさんの農産物ができることを知る。
自然の恵み（太陽と水と土）によって植物は生長し、農産物が収穫できること、それを食べて人間は生きていることを知る。
農産物の収穫できる時期を知る。
自然災害等で不作の場合は、農業は自然を相手にしており、自然は人の思うようにいかないものであることを知る。
- ⑥ 収穫した農産物は土がついているから、洗わないと食べられないことを知る。
- ⑦ 収穫したての新鮮な農産物はどんな形や色、感触、味をしているか確認する。
切って、種子を確認し生命が繋がっていることを知る。

(3) 栽培体験の準備のポイント

- ① 農園は小さくても敷地内あるいは隣接地に設置する。（幼児がいつでも観察できる農園が良い。）
- ② 農園設置が困難な場合は、プランターやバケツ、ペットボトル、袋を活用する。
- ③ 栽培管理や栽培指導など協力を得られる近隣の農業者を探す。（見つからないときは、県の相談窓口等へ問い合わせる。）
- ④ 生産者と相談し、前年度中に栽培計画を立てる。
- ⑤ 農園の土が栽培に適しているか確認し、土壌改良が必要であれば堆肥を投入するなど、最低でも播種又は植え付けの1ヶ月～2週間前に畑の土づくりをする。
- ⑥ 一人一人、収穫体験が出来るように栽培数を確保する。



(4) 栽培の基本



①栽培する場所・方法を決めよう

野菜は、園内の畑、花壇はもちろんのこと、プランター、袋でも栽培することができます。まずは、栽培できる場所、方法を決めましょう。

プランター栽培、袋栽培のコツは、下記⑤、⑥を参考にしてください。

②作付け計画を立てよう

園で栽培できる場所、方法が決まりましたら、何をどこで育てるか計画を立てましょう。その計画のことを、「作付け計画」といいます。食育・食農教育の計画づくりと同時に、年間の作付け計画も立てるとよいでしょう。

野菜には栽培できる時期が決まっていますので、まずおおまかに春から夏にかけてと、秋から冬にかけての野菜に分けて種類を決めましょう。

<おすすめ！ 野菜栽培情報>

	野菜名	植え付け /種まき時期 (平坦地) ※	収穫まで の日数 (目安)	畑 (露地)			プランター		詳細な栽培方法 (別冊1に掲載 してあります)
				植え付けの間隔(cm)			本・株数		
				畝幅	高さ	株間	標準	深型	
春から夏	ジャガイモ (種イモ)	2月下～3中 8月下～9月上	90日	60	10	30	—	2	(1)ジャガイモ
	ブロッコリー (苗)	3月中～4月中 8月中～9月上	90日 80日	60	10	40	—	2	(2)ブロッコリー
	コマツナ (種)	3月中～10月下	30～80日	100	10	5	10	20	(3)コマツナ
	カボチャ (苗)	4月下～5月中	70日	200	10	200	—	—	(4)カボチャ
	ナス (苗)	5月上～5月中	60日	120	20	60	—	1	(5)ナス
	エダマメ (種)	5月上～6月下	80日	60	20	30	2	2	(6)エダマメ
	トマト (苗)	5月上～5月下	70日	90	20	45	—	2	(7)トマト
	オクラ (種)	5月上～6月中	70日	60	10	30	1	2	(8)オクラ
	ピーマン (苗)	5月中～6月上	50日	60	10	45	1	2	(9)ピーマン
	サツマイモ (苗)	5月中～6月中	130日	100	20	30	—	2	(10)サツマイモ
ニンジン (種)	7月上～8月上	120日	60	10	10	—	12	(11)ニンジン	
秋から冬	ダイコン (種)	8月下～9月上	60日	60	10	30	—	5	(12)ダイコン
	ハクサイ (苗)	9月上～10月上	60日	60	20	40	—	2	(13)ハクサイ
	タマネギ (苗)	11月中～12月上	200日	80	10	15	—	8	(14)タマネギ

※高冷地の栽培期間は「別冊1 栽培方法」に記載



野菜専用の大型プランターも販売されています。また、肥料袋、発砲スチロールを使用し栽培することができます。次ページ以降に、プランター栽培のコツ、袋栽培のコツも記載してありますので参考にしてください。

栽培する作物の選び方は様々。園の行事に使えるように、例えばカレー用食材を選ぶ、地元の特産を栽培するなど、幼児に何を体験させたいかで選んでください。

③土づくりに取り組もう

野菜作りで、まず最初に取り組むべき大切な作業が「土づくり」です。野菜が元気に育つには、養分と水分を吸収し、地上部を支える根が健全に育つことが必要だからです。

根が活動しやすい土の条件とは、①水はけと通気性がよい、②水持ちがよい、この両方を満たすことです。また栄養分をたっぷり含み、栽培に適した酸度の土にすることが土づくりの目的です。

<土のチェック方法>

- ①土の種類…土を水で湿らせ、手で握る。土の塊が軽く押すだけで崩れる状態がよい。
 - ・塊にならない(砂質土) →赤土、田んぼの土など粘質土を投入
 - ・しっかり固まる(粘質土) →川砂、パーライトなどを投入
- ②土層…スコップを差し込み、柄の付け根まで入るほど土の層があればよい。(約30cm)
 - ・軟らかい土の層が浅い →耕して、30cmの深さまで軟らかくする
- ③土の酸度…pH(ピーエイチ)と呼ばれる。試験紙で測り、6.0~6.5がよい。

<土づくりの作業>

植え付けの1ヶ月前までに…**堆肥などを混ぜ、土を砕く**

石灰散布の1~2週間前に、有機物(牛フン・完熟堆肥、腐葉土など)を畑に散布します。クワを使って、有機物と土を混ぜながら、土を砕いて軟らかくします。

土の種類と混ぜる用土(1㎡あたり)

良い状態の土；堆肥2kg

砂質土；堆肥2kg、粘質土(赤土など)5~10L

粘質土；堆肥2kg、川砂2~3L、パーライトもしくはバーミキュライト5~10L

植え付けの2~3週間前までに…**石灰資材を散布し、耕す**

生育に適した土の酸度は、野菜の種類によって異なりますが、一般的にはpH6.0~6.5の微酸性です。一般的に、日本の土壌は酸性に傾いており、苦土石灰(くどせっかい)などの石灰資材を散布する必要があります。

散布量の目安(1㎡あたり) pH5.6~5.8；100~150g pH5.6以下；200g

④肥料について

野菜が育つためには、栄養が必要です。

市販の肥料には、袋に散布量の目安が記入してあったり、「いも類専用肥料」など、野菜の種類に合わせた肥料が売られていますので、参考にしてください。

植物に必要な栄養素

チッソ(N)：葉や茎を大きく茂らせる。

リンサン(P)：開花や実がなるのを促進する。

カリウム(K)：根の生長や実が大きくなるのを促進する。(カリウムは通称「カリ」と呼ばれている。)

石灰資材(Ca)：土の酸度を野菜の生育に適したものにします。

⑤プランター栽培のコツ

プランターで栽培するときに気をつけたいことについてご紹介します。

容器：プランターは自分で持ち運べる大きさが基本

土が多く入る大きいプランターの方が野菜はよく育ちますが、大きいほど移動が大変で扱いにくくなります。持ち運べる大きさを選びましょう。

土：水はけよく、通気性よく、肥料もちのいい土

土づくりの話の時にも、①水はけと通気性がよい。②水持ちがよい、両方が大切とお伝えしました。プランター栽培では、根づまりになりやすく、また通気性も悪くなりやすいので、①の水はけと通気性のよい土を選ぶことが特に大切です。

肥料：ゆっくり効く「かんこうせい緩効性肥料」を、プランターの縁ぞいに

土の量が少ないので肥料が多すぎると根が傷んでしまう、また、水やりの回数が多いので水と一緒に流れてしまう、といった欠点があります。そこで、ゆっくり効いて流亡しにくい「緩効性肥料」を選びましょう。また、肥料は根が傷まないように、株元から遠い容器の縁ぞいや株の間に置きましょう。

水やり：乾燥しやすいので水のやり忘れが命取り

プランターは土の量が少なく乾燥しやすいので、水やりは原則毎日、朝に行います。夏場は乾きやすいので、土を見て乾燥していたら朝夕2回程度水やりをします。

⑥袋栽培のコツ

「袋栽培」とは、鉢やプランターの代わりに丈夫な袋を用い、そこに土を入れ、肥料を加えて野菜などを栽培する方法のことです。畑や花壇の少ない幼稚園や保育所、家庭でも、簡単に取り組むことができ、場所の移動も簡単なので、植物の生長、開花、結実の様子の観察が身近でできます。

プランターで育てられる野菜なら、すべて袋栽培できます。特に、ジャガイモ、ニンジン、ダイコンなど下へ伸びる根菜類は、たっぷり深さのある袋栽培がぴったりです

袋栽培のメリット

●どこでもできます！

袋を置くわずかなスペースがあれば、どこでも出来ます。

●経費が安くつきます！

大型の鉢やプランターは重くて高価ですが、袋栽培は使用済みの肥料袋や米袋で大丈夫です。容器代がかかりません。

●移動がラクラク！片付けラクラク！

袋なので持ち運びも簡単。身近な場所に置けるので、水やりや摘芽などの管理作業も行き届き、植物の様子も身近で観察できます。また、収穫後の片付けや袋の移動も手軽にできます。

容器：肥料袋、米袋のほか、麻袋や土のう袋などが使えます

土：水はけよく、通気性よく、肥料もちのいい土

プランター栽培と同様、根づまりになりやすく、また通気性も悪くなりやすいので、水はけと通気性のよい土を選ぶことが特に大切です。

市販の袋入り培養土（20リットル以上）を購入し、その袋の上を切り、底に釘で穴を開けて、元肥を入れて、栽培することも可能です。

設置場所：日当たり、風通しの良い場所

定植した袋は観察や管理がしやすい身近なところに置くのが便利ですが、袋の置き場所を決める場合、まず、日当たりを確かめ、南向き、または東向きで午前中に日のよく当たる場所を一番に選びます。そして、風通しのよい場所という点も考慮します。

場所が決まったら、次に、その場所が土あるいはアスファルトであるかなど、その場所の条件によって、そこに直接袋を置くのか、敷物や台の上に置くのかということも考慮する必要があります。

肥料：ゆっくり効く「緩効性肥料」を、袋の縁ぞいに

プランター栽培と同様、土の量が少ないので肥料が多すぎると根が傷んでしまう、また、水やりの回数が多いので水と一緒に流れてしまう、といった特徴があります。そこで、ゆっくり効いて流亡しにくい「緩効性肥料」を選びましょう。

また、肥料は根が傷まないように、株元から遠い容器の縁ぞいや株の間に置きましょう。

水やり：水の抜け具合を必ず確認！乾燥しやすいので水のやり忘れが命取り

ちょうど良い水の抜け具合とは、水やりをした時に袋の中に水が溜まらず、底の穴からスーッと抜け出るような感じです。苗を植え付けて数日間は必ず、水の抜け具合をチェックしましょう。底に水が溜まるようなら、底面の両端の穴を少し大きくしたり、穴の数を増やして微調整しましょう。また、生長につれ根がまわって水はけが悪くなったら、さらに穴を増やすなどして再度調整します。水はけが悪いからと、水やりを減らすのは禁物です。プランター栽培と同じように、土の表面が乾いたら、たっぷり水やりしましょう。

再利用：収穫が終わった野菜の袋と土は、2作目用に再利用できます

まず地上部の茎や葉などはきれいに取り除き、中の土を移植ごてなどでかくはんしながら根を除去した後、水をたっぷり入れて口をヒモなどでしばり、日当たりのよい場所に置いて、真夏の太陽光によって土の消毒を行います。2作目栽培時には、追肥を行ってください。

連作障害がでるもの（別冊1栽培方法に記載）については、同じ仲間の野菜（例：ナス科 トマト、ナス、ピーマンなど）には続けて使用しないようにしましょう。

[豆知識]



サツマイモ



ジャガイモ



ジャガイモの花→

(5) 栽培方法

* 「別冊1（栽培方法）」に、以下に示す野菜の育て方等をまとめた資料を掲載しています。

- | | |
|---------|--------|
| ①ジャガイモ | ⑧オクラ |
| ②ブロッコリー | ⑨ピーマン |
| ③コマツナ | ⑩サツマイモ |
| ④カボチャ | ⑪ニンジン |
| ⑤ナス | ⑫ダイコン |
| ⑥エダマメ | ⑬ハクサイ |
| ⑦トマト | ⑭タマネギ |



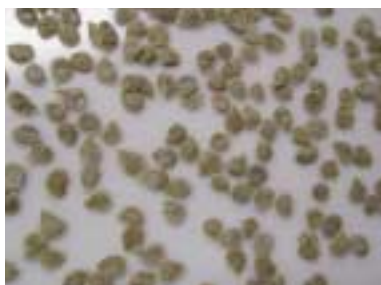
守口大根：
長さは1m以上になります



大根の花：
白い小さな花が咲きます

①～⑭の野菜について、各成長段階の写真を掲載し、育て方等を記載しています

[例：トマト]



種：こんなに小さな種から
美味しいトマトができます！



双葉の頃



植えつけの頃：
花が手前に向くように植えま
しょう



収穫期の頃



花びら6枚の黄色い花が咲き
ます



ハチによる受粉の様子



トマトには大きさ、色の違う
たくさんの品種があります

3 調理体験～キッズ・キッチン～

(1)調理体験のねらい

- ① 食材への関心や食欲を高める。
食材に注目し、調理することに関心を持つ。
食を選び、料理をする基礎能力を身につける。
- ② 地域の食文化に触れ、ふるさとへの関心や親しみを高める。
- ③ 食べるまでの過程を知り、感謝の心を持ち喜んで食べることができる。

(2)活動のポイント

- ① 調理を始める前に、収穫した農作物と他の食材を確認し、これを使ってどんな料理ができるか知る。調理器具の使い方を学び、安全で衛生的な使用法を身につけ、料理を作る楽しさを知る。
大人の援助を受けながら、自分でできることを増やしていく。
- ② 地域の季節や行事に関連した料理をつくり、郷土への親しみを持つ。
- ③ 食べるまでに、栽培から調理までの過程があったことを知る。
嫌いなものも食べられるようになり、食欲を高める。
食事のマナーを知る。

(3)スタッフの心構え～キッズ・キッチン～

子どもの力だけで行うのが「キッズキッチン」です。

以下のことをふまえて、子どもたちにとって最高の体験になるよう、サポートをお願いいたします。

- ① 子どもの手は持たず、すべる材料の方を持ちましょう。
- ② 開催前に料理手順、作業手順は頭に入れておきましょう。
- ③ 一人の子どもが同じ作業を全部してしまわないよう、作業をふりわけましょう。
- ④ 「あぶない！」などの大声は出さないようにしましょう。
危ないときは、やさしく、やわらかく伝えましょう。
- ⑤ 子どもの動きをよく見て、サポートに徹しましょう。
- ⑥ 机の上は常に子どもが動きやすいように、片付けておきましょう。
- ⑦ 大人はひざまずいて、子どもの目線の高さに合わせましょう。
- ⑧ 子どもの声をたくさん聞いてあげましょう。
ただし、お話のときは話を聞くようにうながしましょう。
- ⑨ よいところをたくさん発見して、褒めましょう。

○子どもの自信に繋がる言葉

すごいな～ すてきだな～ かっこいいな～



(4)調理体験準備の注意事項

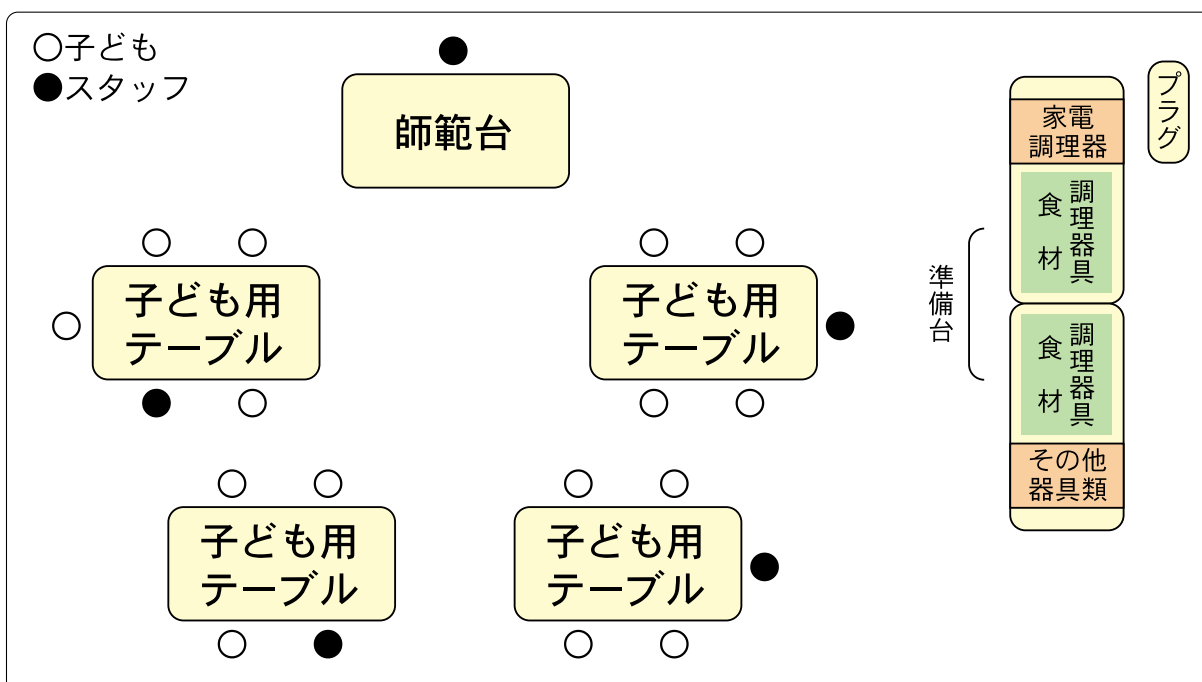
【事前準備】

- ① 子どもの手の大きさに合わせ、にぎりやすく力が入りやすいように子ども用の調理器具を準備する。
- ② 教室（保育室）、遊戯室等で行う場合は、電磁調理器等を使ったメニューを考える。
- ③ 旬の野菜や園の栽培物を使用し、家でもできるように簡単なメニューを考える。
- ④ 野菜への関心を引くような技法を考える。（例：クイズ、紙芝居など）
- ⑤ 子どもの背丈に合わせ、作業スペースが十分確保できるテーブルを準備する。
- ⑥ テーブルは、グループの数に加え、3～4台あるとよい。（師範台や準備台等）
- ⑦ 1グループは子ども5人前後とする。
- ⑧ デモンストレーションスタッフ（以下、デモスタッフ）は1人、テーブルスタッフは1グループに1人以上確保する。
- ⑨ 手洗い場所やプラグ位置等設備の確認をし、作業動線を決定する。
- ⑩ 会場は、食農教育場所と調理体験場所を区別する。

【当日準備】

- ① テーブル、ドアノブ等子どもがさわりそうな場所を消毒しておく。
- ② 調理器具は消毒したものを使用する。
- ③ エプロン、三角巾（必要に応じてマスク）を着用し、長い髪はまとめ、爪は短くしておく。
- ④ 包丁とまな板は1テーブルに2組以下とする。
- ⑤ けがややけどに備え、救急セットを用意しておく。
- ⑥ 食材は全員が同じ作業ができるように配慮する。

会場配置図：調理体験時のイメージ図



(5) レシピ・分量表・調理手順

- ・ 全ての食材は使用前に洗う。
- ・ 食材の切り分け方は、「(7) 食材下準備」参照。
- ・ 準備した食材は、グループごとにボウルやザルに必要な数を分けておくと良い。
- ・ 食材は、予備を用意すると良い。
- ・ スープの野菜や水量は、鍋の大きさや試食人数によって量を調整すると良い。
- ・ 素材の味が活きるよう薄味にすると良い。
- ・ 冬スープのコンソメをシチューフレーク(1人分3.5g)に変更しても良い。
- ・ 時間調整が必要な場合、使用野菜の種類を減らす等、作業を省略しても良い。
- ・ 季節に応じて、以下のように野菜を変更しても良い。
 - ◆ トマト→ミニトマト
 - ◆ サツマイモ→ジャガイモ
 - ◆ タマネギ→カブ、ダイコン
 - ◆ シイタケ→他のキノコ類

* 「別冊2 (レシピ・分量表・調理手順)」に、以下に示すメニュー毎にスタッフが行う手順とそれに対する注意点をまとめた資料を掲載しています

- | | |
|-----------------------|-----------------|
| ① 各種スープ | ④ 手作りおにぎり |
| ①-1 季節の野菜たっぷりスープ (夏) | ⑤ 夏野菜のピザ風 |
| ①-2 季節の野菜たっぷりスープ (秋) | ⑥ 夏野菜たっぷりカレーライス |
| ①-3 季節の野菜たっぷりスープ (秋冬) | ⑦ ジャがだんご |
| ①-4 季節の野菜たっぷり豆乳スープ | ⑧ さつまだんご |
| ①-5 季節の野菜たっぷりスープ (冬) | ⑨ さつまあはぎ |
| ①-6 ジャがいもスープ | ⑩ さつまいもごはん |
| ①-7 たまねぎスープ | ⑪ さつまケーキ |
| ② にんじんケーキ | ⑫ きなこおはぎ |
| ③ 粉ふきいも | ⑬ にんじんおにぎり |

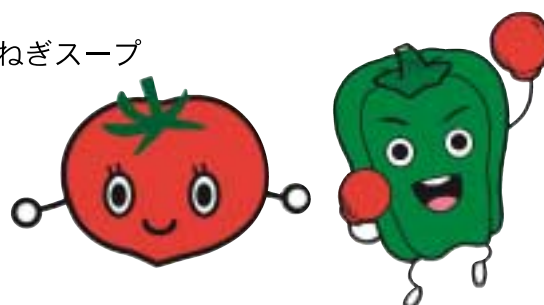
* 分量等あくまで一例ですので、参考にしてください

* 別冊2には、各メニュー毎にアレルギー表示 (特定原材料、特定原材料に準ずるものを表示) してありますが、必ず最新情報を確認してください

(6) タイムスケジュール

別冊3 (タイムスケジュール) に、以下に示すメニュー毎のタイムスケジュールを掲載しています。

- ① 各種スープ (②~⑬の中で掲載するため省略)
- ② にんじんケーキ、季節の野菜たっぷりスープ
- ③ 粉ふきいも、ジャがいもスープ
- ④ 手作りおにぎり (えだまめおにぎり)、たまねぎスープ
- ⑤ 夏野菜のピザ風、季節の野菜たっぷりスープ
- ⑥ 夏野菜たっぷりカレーライス



- ⑦ ジャがだんご、季節の野菜たっぷりスープ
- ⑧ さつまだんご、季節の野菜たっぷりスープ
- ⑨ さつまおはぎ
- ⑩ さつまいもごはん、季節の野菜たっぷりスープ
- ⑪ さつまケーキ、季節の野菜たっぷりスープ
- ⑫ きなこおはぎ、季節の野菜たっぷりスープ
- ⑬ にんじんおにぎり、季節の野菜たっぷりスープ



(7) 食材下準備

- ・ 別冊4（食材下準備）に示してある図の野菜を子どもが切る（これはあくまでも子どもが包丁を使いやすいように考えた一例である）。
- ・ 野菜の大きさに応じて等分数を調整し、大きさに差が出ないように処理する。また、厚みがありすぎたり、スティックの長さが短すぎたりすると、子どもには切りにくいため注意する。
- ・ 野菜本来の大きさや形が分かるよう処理前の野菜をデモンストレーション用に用意し、出来上がり図の状態になるまでの工程を子どもに見せると良い。（実物の野菜の用意が難しい場合は、実物大のパネル等で代用する。）

*切り方の分類について

- スティック状にするもの・・・子どもの手で押さえやすい形状にするとよい
（例）ニンジン、ダイコン、ナス 等
- ぴんの手で切るもの・・・力が入りやすいように刃があたる部分は小さいとよい
（例）サツマイモ、カボチャ、ダイコン 等
- 軟らかいもの、切りにくいもの・・・バラバラになるものは芯を残すとよい
（例）トマト、タマネギ 等
- キッチンばさみや手でも作業できるもの
（例）葉物類の葉の部分、細ねぎ 等

*別冊4（食材下準備）に、以下に示す野菜の切り方を掲載します。

- | | |
|------------------|-------------------|
| (a) ダイコン（スティック） | (g) ジャガイモ（粉ふきいも用） |
| (b) ニンジン（すりおろし用） | (h) ハクサイ（葉） |
| (c) ニンジン（スティック） | (i) ハクサイ（芯） |
| (d) ピーマン | (j) トマト |
| (e) カボチャ | (k) タマネギ |
| (f) ジャガイモ（スティック） | (l) ナス |

(8)活動の要点

- ・ 調理に使用する食材は食農教育の教材とし、調理への関心を高める。
- ・ 包丁の使い方や、野菜の切り方、調理手順を実演しながら子どもと確認する。
- ・ 不必要な器具類がテーブル上にないよう作業スペースを十分に確保する。
- ・ 「(3) スタッフの心構え」に留意し、子どもの作業を見守る。
- ・ 大人の援助を受けながら、子ども自身ができることを増やしていくように指導する。
- ・ どうしたら安全にできるのかを子ども自身が考えられるように話す。
- ・ 家庭でも調理体験ができるように促す。

*別冊5(活動の要点)に、以下に示すメニュー毎に、スタッフが行う活動の要点をまとめた資料を掲載しています。

- | | |
|---------------------|----------------------|
| ① スープ | ⑨ さつまおはぎ(米研ぎから始める場合) |
| ② にんじんケーキ | ⑨-2 さつまおはぎ |
| ③ 粉ふきいも | (炊きあがったご飯から作る場合) |
| ④ 手作りおにぎり(えだまめおにぎり) | ⑩ さつまいもごはん |
| ⑤ 夏野菜のピザ風 | ⑪ さつまケーキ |
| ⑥ 夏野菜たっぷりカレーライス | ⑫ きなこおはぎ |
| ⑦ じゃがだんご | ⑬ にんじんおにぎり |
| ⑧ さつまだんご | |

(9)デモンストレーション読み原稿

*別冊6(デモンストレーション読み原稿)に、下記についての原稿を掲載しています。

■タイムスケジュールに沿って作成してあります。

- (a)身支度と手洗い
- (b)包丁の約束から野菜の切り方デモ(P23 5その他の教材(1)参照)
- (c)野菜の回収
- (d)椅子の用意と手洗い(ケーキ類は除く)
- (e)スープの配膳
- (f)試食と片付け

■上記(a)~(f)の原稿と以下のメニュー原稿を組み合わせ実施して下さい。

流れの中ではテーブルスタッフが行う部分もあるため、タイムスケジュールに沿って読みすすめてください。マーカー部分はテーブルスタッフが各グループで再度指導する部分です。



- ① スープ
- ② にんじんケーキ
- ③ 粉ふきいも
- ④ 手作りおにぎり（えだまめおにぎり）
- ⑤ 夏野菜のピザ風
- ⑥ 夏野菜たっぷりカレーライス
- ⑦ ジャがだんご
- ⑧ さつまだんご
- ⑨ さつもおはぎ
- ⑩ さつまいもごはん
- ⑪ さつまケーキ
- ⑫ きなこおはぎ
- ⑬ にんじんおにぎり

(10)子ども用レシピ

別冊7（子ども用レシピ）には、以下に示す子ども用レシピを掲載しています。是非、ご家庭でも取り組んで頂けるよう、保護者の方へも配布してください。

- ① 各種スープ
 - ①-1 きせつの やさい たっぷり すーぷ（なつ）
 - ①-2-1 きせつの やさい たっぷり すーぷ（あき1）
 - ①-2-2 きせつの やさい たっぷり すーぷ（あき2）
 - ①-3-1 きせつの やさい たっぷり すーぷ（あき ふゆ1）
 - ①-3-2 きせつの やさい たっぷり すーぷ（あき ふゆ2）
 - ①-4-1 きせつの やさい たっぷり とうにゅう すーぷ
 - ①-4-2 きせつの やさい たっぷり しちゅー
 - ①-5 きせつの やさい たっぷり すーぷ（ふゆ）
 - ①-6 ジャがいもすーぷ
 - ①-7 たまねぎすーぷ
- ② にんじんケーキ
- ③ こふきいも
- ④ てづくりおにぎり
- ⑤ なつやさいの ピザふう
- ⑥ きせつの やさい たっぷり かれーrais
- ⑦ ジャがだんご
- ⑧ さつまだんご
- ⑨ さつもおはぎ
- ⑩ さつまいもごはん
- ⑪ さつまけーき
- ⑫ きなこおはぎ
- ⑬ にんじんおにぎり



4 その他の食農教育の活動

ここでは、これまでに紹介した活動以外の食農教育に関する活動を紹介します。

- (1) 給食で食べる体験
- (2) 田畑の農作物の見学
- (3) 食品の流通・加工施設の見学
- (4) セミナーの開催や給食だよりなどによる保護者の食育

(1) 給食で食べる体験(オプション)

ねらい	(1) 食材への関心や、食欲を高める (2) 収穫した農産物についての知識を深める (3) 地域の食文化に触れ、ふるさとへの関心や親しみを高める	
活動のポイント	(1) 収穫した農産物の料理を知る 嫌いなものも食べられるようになり、食欲を高める 食事のマナーを知る (2) 収穫した農産物に含まれる栄養がどんな役割をしているか知る (3) 地域の季節や行事に関連した料理を食べ、郷土への親しみを持つ	
スタッフ	保育士、教諭、栄養士	
教材等	生の収穫物	
時間数	40分(給食の時間)	
事前準備	収穫時期と給食の献立について栄養士と打合せ	
時間配分	実施内容	指導上の留意点等
40分	(1) 収穫物を使った給食を食べよう 収穫した農産物を見せながら、今日はこの農産物を使って給食の献立をしたことを説明し、「いただきます」をして、みんなで楽しくおいしくいただく。 (2) 収穫物の栄養の話を聞こう 収穫した農産物に含まれる栄養が、どんな役割を身体にしているか説明する。	・みんなが育て収穫した農産物を使っていることを確認できるようにする。 ・食事マナーやよく噛んで食べることを注意する。
	(3) 郷土食や行事食を食べよう 郷土食・行事食の言われやつくられた背景や季節、願いが込められていることを説明する。	・昔の人の生活を、絵や写真を見せながら説明する。
備考	・郷土食や行事食は、岐阜県のホームページを参考にする。	

(2) 田畑の農作物の見学(栽培体験した農作物又は給食の食材となる作物)

ねらい	<p>(1) 農家の仕事は食べ物を生産する大切な仕事であることを知り、感謝の心を持つことができる</p> <p>(2) 農家との交流を通じて、野菜づくりなど農家の技に興味や関心を持ち、楽しさを知る</p> <p>(3) 農産物に興味や関心を持ち、その味を知る</p>	
活動のポイント	<p>(1) いつも食べている農産物が田畑で栽培されていることや、栽培している人を農家ということを知る 自分の住む地域で栽培されている農作物を知る</p> <p>(2) 体験や見学を通じて、農業を知る</p> <p>(3) 収穫したばかりの農産物を、その場で食べて味を知る</p>	
スタッフ	保育士、教諭、生産者、保護者	
教材等	作業着(体操服)と長靴、軍手(大人のみ)、手洗い用水、タオル、救急用品 必要な場合は、はさみ、袋、包丁、まな板	
時間数	40分+移動時間	
事前準備	生産者と見学時期や内容の打合せ	
時間配分	実施内容	指導上の留意点等
40分	<p>(1) 農家の人の話を聞いて生産しているところを見よう</p> <p>①いつも食べている農産物は田畑で栽培されていることを説明する。</p> <p>②農家の人を紹介し、その人の仕事は農産物を栽培していること、このような人を農家ということの説明する。</p> <p>③農家がいなくなると人間は食べるものがなくなるので、農家はとても大切な人であることを知らせる。</p> <p>④生産者から、栽培している農産物や栽培の楽しさ、苦勞している点などの話を聞く。</p> <p>(2) 農家の技を体験しよう 生産者から教えてもらいながら、体験をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> 生産者から収穫の仕方やコツを教えてもらいながら、収穫の体験をする。 生産者が機械で作業をしているところを見学する。 生産者の技(わら細工や味噌づくり等)を教えてもらいながら、体験をする。 	<ul style="list-style-type: none"> みんなが食べている農産物は、田畑で栽培されていることを見せて確認できるようにする。 農家は人間の命に関わる大切な仕事をしていることを気付かせる。 みんなが住む地域ではどんな農産物がよく栽培されているか気付かせる。 田畑の現場で体験できないものは、体験ができる場所を生産者と相談のうえ設定する。

時間配分	実施内容	指導上の留意点等
	(3) 農家が栽培した農産物を食べよう (可能な場合のみ) 収穫したその場で洗って、すぐに食べさせ、新鮮な農産物の味を体験する。	・どんな味がするか、発言できるようにする。
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・見学日の天候によっては、農作業ができなかったりすることがあるので、見学の予備日の設定と、当日の朝、生産者と確認の連絡を取る。 ・農産物を食べる体験をする場合は、食中毒情報や幼児の健康状態などを事前に把握し、食べる前には農産物をよく洗うこと。 ・生命の大切さを体験するには、畜産農家の見学をすることも有効である。 ・見学については、5歳児を対象とする。 	

(3) 食品の流通・加工施設の見学(オプション)

ねらい	(1) 農家が生産した農産物が多くの人を経て、自分のところへ届くことがわかる	
活動のポイント	(1) 加工食品の原料を確認したり、加工工程や販売店の様子を見せてもらう	
スタッフ	保育士、教諭、流通・加工施設のスタッフ、保護者	
教材等	業務内容や加工工程を説明する絵や写真、原材料など(流通・加工施設側)	
時間数	50分+移動時間	
事前準備	・流通・加工施設のスタッフと見学時期の内容等の打合せ	
時間配分	実施内容	指導上の留意点等
50分	(1) 販売店や向上の人の話を聞こう いつも食べている食品がどのように販売・加工されているか、店内や工場の様子を見せてもらう。	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなが食べている加工食品は、農産物を原料に工場で生産されていることを見せる。 ・いつも食べている食品は多くの人に関わって、自分のところへ届いていることを気付かせる。
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・幼児の施設見学はあまり行われていないので、事前に受け入れが可能か打診する。 ・指導者は事前に下見を兼ねた打合せを受け入れ施設と行い、お互い準備するものや注意事項、日程、内容、時間配分等を確認する。 ・食品を扱うところを見学するので、見学時の服装やくつ、子どもにお約束する事項を事前に確認する。 ・見学については、5歳児を対象とする。 	

(4) セミナーの開催や給食だよりなどによる保護者の食育

ねらい	保護者の食育に関する知識や意識の向上、家庭での取組の促進、子どもの生活習慣や食生活の改善を促す	
活動のポイント	<p>(1) 食べることの意味を理解し、幼児の生活リズムを整え、毎日朝食を食べる習慣を身につける必要性を知るバランスの良い食生活の大切さを認識し、毎日の食生活を見直すことができる</p> <p>(2) 正しい食習慣や食事作法を知る</p> <p>(3) 食品表示の見方を知り、安全安心な食品を選ぶことができる 日本の食や農をめぐる現状を理解し、地産地消を進め、食品廃棄物を減らすなど、環境にやさしい食生活の仕方を知る</p> <p>(4) 子どもが体験したことを、家庭で話題にしたり取り組んだりできるようにする</p>	
スタッフ	保育士、教諭、栄養士、外部講師	
教材等	保護者セミナーの資料、給食だより等保護者へのお知らせ	
時間数	60分	
事前準備	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者セミナーの講師の依頼、開催日及び内容等の打合せ ・資料等の収集及び作成 	
時間配分	実施内容	指導上の留意点等
60分	<p>(1) 望ましい生活習慣とバランスの良い食生活</p> <p>① 幼児にとって不適切な生活が活力のない子や肥満の子を育てることを知り、家庭での望ましい生活リズムと、朝食の大切さを説明する。</p> <p>② 食事バランスガイドを活用し、和食(主食・主菜・副菜・汁物)を心がけるとバランスの良い食事になることを説明する。</p> <p>③ 毎日の食事を作るときは、素材の味がわかる薄い味付けがよいことを説明する。</p> <p>(2) 正しい食習慣を身につける</p> <p>① 子どもにとって問題となっている食べ方五つの「こ食」を説明し、家庭における食環境を整えることの必要性を説く。</p> <p>② 歯を健康に保ち、よく噛んで食べる習慣を身につけることを説明する。</p> <p>③ 家庭でのお手伝いや調理を子どもに進んでさせることや正しい食事作法、食品や調理における衛生管理について説明する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者全員が集まる機会をとらえ、保護者の食育セミナーを行う。 ・家庭での取組が非常に重要であり、保護者の実践が必要であることを理解してもらう。 ・保護者全員が集まる機会や給食だより等のトピックスなどで、内容を取り上げる。

時間配分	実施内容	指導上の留意点等
	<p>(3) 環境にやさしい食生活</p> <p>①食料を生産する農業が高齢化や価格の低迷により衰退しているなど、農業の現状を説明する。</p> <p>②日本の食料自給率は40%と主要先進国の中では最低水準であるが、約3割の食品が廃棄されている現実がある。食品廃棄物を減らすため、正しい食品表示の見方や正しい食品の保存方法を説明する。</p> <p>③遠くから運ばれてくる輸入食品より、地元の食品を選択することは環境にやさしい食生活であることを説明する。</p> <p>(4) 子どもが体験した食農教育 給食だよりやクラスだよりなどで、子どもが体験した内容や様子、調理実習や給食のレシピなどを紹介し、家庭内での話題や実践を促す。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・日本の農業が抱える課題を現実のものとしてとらえ、消費者としてどのような行動をとれば良いかを考えさせる。 ・家庭での環境保全の取組のひとつとして、食生活から見直し実践することが、家庭での大切な食育活動となることを理解してもらう。 ・保護者全員が集まる機会や給食だより等のトピックスなどで、内容を取り上げる。
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者セミナーの外部講師の費用がない場合、行政の出前講座や食育推進ボランティアなどを活用するとよい。 ・これらの内容は1回だけでなく、繰り返し、色々な機会に伝達するようにする。 	

5 その他教材

別冊8（その他教材）には、座学で使える教材や保護者向け資料を掲載しています。

- (1) 包丁の約束と野菜の切り方（パワーポイント、PDF）
- (2) しゅんってなあに？（パワーポイント、PDF）
- (3) とまとのそだてかた（パワーポイント、PDF）
- (4) なすのそだてかた（パワーポイント、PDF）
- (5) さつまいものそだてかた（パワーポイント、PDF）
- (6) 保護者向けパンフレット（PDF）

IV CD-ROMの使い方

1 CD-ROMの構成

- (1) 「はじめに」のファイル (PDF)
- (2) 「本冊子」のファイル (PDF)
- (3) 「別冊」のファイル (PDF、Excel、パワーポイント)
- (4) 「資料」のファイル (PDF、JPEG)

2 使い方

- (1) 「はじめに」のファイル
 - ①ファイルを開いてください。
 - ②「本冊子」、「別冊1～7」へのリンクが張ってありますので希望ファイルをご覧になることができます。
- (2) 「本冊子」のファイル
 - ①ファイルを開いてください。
 - ②順番にスクロールして見ます。
 - ③又は、「目次」、p 8、12、15～18、23にリンクが張ってありますので、希望ページのみ、ご覧になることもできます。
 - ④野菜別、メニュー別の検索表もあります (p 25～26)。
- (3) 「別冊」、「資料」のファイル
 - ①ご覧になりたい内容のファイルを開きます。

3 CD-ROMに入っているデータ

- (1) 本冊子 (PDF)
- (2) 別冊
 - ①【別冊1】栽培方法 (PDF) (参考：p 12)
 - ②【別冊2】レシピ・分量表・調理手順 (PDF、Excel) (参考：p 15)

<人数を入力すると、野菜等の必要目安量が自動計算出来るようになっていきます>

 - ③【別冊3】タイムスケジュール (PDF、Excel) (参考：p 15～16)
 - ④【別冊4】食材下準備 (PDF、Excel) (参考：p 16)
 - ⑤【別冊5】活動の要点 (PDF、Excel) (参考：p 17)
 - ⑥【別冊6】デモンストレーション読み原稿 (PDF) (参考：p 17～18)
 - ⑦【別冊7】子ども用レシピ (PDF、Excel) (参考：p 18)
 - ⑧【別冊8】その他教材 (パワーポイント、PDF) (参考：p 23)
- (3) 資料
 - ①【資料1】ぎふ食育キャラクター (PDF、JPEG) (参考：p 29～30)
 - ②【資料2】岐阜県農産物の紹介 (PDF)

4 検索表

(1) 野菜別検索表

メニュー (※1)	別冊1 (栽培方法) (※2)	別冊2 (レシピ・分量表・ 調理手順)(※2)	別冊3 (タイム スケジュール)(※2)	別冊4 (食料下準備) (※2)	別冊5 (活動の要点) (※2)	別冊7 (子供用レシピ) (※2)
ジャガイモ ①-4、①-5、①-6、③、⑦	ジャガイモ	①-4、①-5、①-6、③、⑦	①-4、①-5、①-6、③、⑦	①-4、①-5、①-6、③、⑦	①-4、①-5、①-6、③、⑦	①-4、①-5、①-6、③、⑦
ブロッコリー ①-4、①-5	ブロッコリー	①-4、①-5	①-4、①-5	①-4、①-5	①-4、①-5	①-4、①-5
コマツナ ①-4、①-5	コマツナ	①-4、①-5	①-4、①-5	①-4、①-5	①-4、①-5	①-4、①-5
カボチャ ⑥	カボチャ	⑥	⑥	⑥	⑥	⑥
ナス ①-1、①-6、⑤、⑥	ナス	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥
エダマメ ④	エダマメ	④	④	④	④	④
トマト ①-1、①-6、⑤、⑥	トマト	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥	①-1、①-6、⑤、⑥
オクラ ①-1、①-7	オクラ	①-1、①-7	①-1、①-7	①-1、①-7	①-1、①-7	①-1、①-7
ピーマン ⑤、⑥	ピーマン	⑤、⑥	⑤、⑥	⑤、⑥	⑤、⑥	⑤、⑥
サツマイモ ①-2、①-3、⑧、⑨、⑩、 ⑪	サツマイモ	①-2、①-3、⑧、⑨、⑩、 ⑪	①-2、①-3、⑧、⑨、⑩、 ⑪	①-2、①-3、⑧、⑨、⑩、 ⑪	①-2、①-3、⑧、⑨、⑩、 ⑪	①-2、①-3、⑧、⑨、⑩、 ⑪
ニンジン ①-2、①-3、①-4、①-5 ①-7、②、⑬	ニンジン	①-2、①-3、①-4、①-5 ①-7、②、⑬	①-2、①-3、①-4、①-5 ①-7、②、⑬	①-2、①-3、①-4、①-5 ①-7、②、⑬	①-2、①-3、①-4、①-5 ①-7、②、⑬	①-2、①-3、①-4、①-5 ①-7、②、⑬
ダイコン ①-3、①-4、①-5	ダイコン	①-3、①-4、①-5	①-3、①-4、①-5	①-3、①-4、①-5	①-3、①-4、①-5	①-3、①-4、①-5
ハクサイ ①-5	ハクサイ	①-5	①-5	①-5	①-5	①-5
タマネギ ①-1、①-2、①-6、①-7、 ⑥	タマネギ	①-1、①-2、①-6、①-7、 ⑥	①-1、①-2、①-6、①-7、 ⑥	①-1、①-2、①-6、①-7、 ⑥	①-1、①-2、①-6、①-7、 ⑥	①-1、①-2、①-6、①-7、 ⑥

※1上記表中の数字は、以下のメニューを示しています

①-1季節の野菜たっぷりスープ(夏) 豆乳スープ	①-7たまねぎスープ	④手作りおにぎり (えだまめおにぎり)	⑦じゃがだんご	⑩さつまいもごはん	⑬にんじんおにぎり
①-2季節の野菜たっぷりスープ(秋) ①-5季節の野菜たっぷりスープ(冬)	②にんじんケーキ	⑤夏野菜のピザ風	⑧さつまだんご	⑪さつまケーキ	
①-3季節の野菜たっぷりスープ(秋冬) ①-6じゃがいもスープ	③粉ふきいも	⑥夏野菜たっぷりカレーライス	⑨さつまおはぎ	⑫きなこおはぎ	

※2「別冊1～7」の内容については、CD-ROMにデータが入っています。

(2) レシピ別検索表

メニュー (※1)	使用野菜)	別冊2 (レシピ分量表・調理手順) (※2)	別冊3 (タイムスケジュール) (※2)	別冊4 (食材下準備) (※2)	別冊5 (活動の要点) (※2)	別冊7 (子供用レシピ) (※2)	別冊6 (「メニュー」読み原稿) (※2)
①-1季節の野菜たっぷりスープ(夏)	ナス、トマト、タマネギ、オクラ	①-1	①-1	①-1	①-1	①-1	(a)~(f) ①
①-2季節の野菜たっぷりスープ(秋)	タマネギ、ニンジン、サツマイモ	①-2	①-2	①-2	①-2	①-2	
①-3季節の野菜たっぷりスープ(秋冬)	ダイコン、ニンジン、サツマイモ	①-3	①-3	①-3	①-3	①-3	
①-4季節の野菜たっぷり豆乳スープ	ジャガイモ、ニンジン、ダイコン、ハクサイ、コマツナ、ブロッコリー	①-4	①-4	①-4	①-4	①-4	
①-5季節の野菜たっぷりスープ(冬)	ジャガイモ、ニンジン、ダイコン、ハクサイ、コマツナ、ブロッコリー	①-5	①-5	①-5	①-5	①-5	
①-6じゃがいもスープ	ジャガイモ、タマネギ、ナス、トマト	①-6	①-6	①-6	①-6	①-6	
①-7たまねぎスープ	タマネギ、ニンジン、オクラ	①-7	①-7	①-7	①-7	①-7	
② にんじんケーキ	ニンジン	②	②	②	②	②	(a)~(f) ②
③ 粉ふきもち	ジャガイモ	③	③	③	③	③	(a)~(f) ③
④ 手作りおにぎり(えだまめおにぎり)	エダマメ	④	④	④	④	④	(a)~(f) ④
⑤ 夏野菜のピザ風	トマト、ナス、ピーマン	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	(a)~(f) ⑤
⑥ 夏野菜たっぷりカレーライス	タマネギ、カボチャ、ナス、ピーマン、トマト	⑥	⑥	⑥	⑥	⑥	(a)~(f) ⑥
⑦ じゃがだんご	ジャガイモ	⑦	⑦	⑦	⑦	⑦	(a)~(f) ⑦
⑧ さつまだんご	サツマイモ	⑧	⑧	⑧	⑧	⑧	(a)~(f) ⑧
⑨ さつまおはぎ	サツマイモ	⑨	⑨	⑨	⑨	⑨	(a)~(f) ⑨
⑩ さつまいもごはん	サツマイモ	⑩	⑩	⑩	⑩	⑩	(a)~(f) ⑩
⑪ さつまケーキ	サツマイモ	⑪	⑪	⑪	⑪	⑪	(a)~(f) ⑪
⑫ きなこおはぎ		⑫	⑫	⑫	⑫	⑫	(a)~(f) ⑫
⑬ にんじんおにぎり	ニンジン	⑬	⑬	⑬	⑬	⑬	(a)~(f) ⑬

※2 「別冊1～7」の内容については、CD-ROMにデータが入っています。

V 相談窓口一覧

■幼児食農教育プログラム改訂版についての相談は、県庁農産物流通課まで

県庁農政部農産物流通課	〒500-8570 岐阜市藪田南2-1-1	058-272-8418 (直通)
-------------	--------------------------	-------------------

■食農教育全般、食育推進ボランティアについての相談は、県庁農産物流通課・各農林事務所農業振興課まで

■農作物の栽培や食農体験についての相談は各農林事務所農業普及課まで

県庁農政部農産物流通課	〒500-8570 岐阜市藪田南2-1-1	058-272-8418 (直通)
岐阜農林事務所農業振興課 農業普及課	〒500-8384 岐阜市藪田南5-14-53	058-213-7904 (直通) 058-213-7314 (直通)
西濃農林事務所農業振興課 農業普及課	〒503-0838 大垣市江崎町422-3	0584-73-1111 (代表)
揖斐農林事務所農業振興課 農業普及課	〒501-0603 揖斐郡揖斐川町上南方1-1	0585-23-1111 (代表)
中濃農林事務所農業振興課 農業普及課	〒501-3756 美濃市生櫛1612-2	0575-33-4011 (代表)
郡上農林事務所農業振興課 農業普及課	〒501-4292 郡上市八幡町初音1727-2	0575-67-1111 (代表)
可茂農林事務所農業振興課 農業普及課	〒505-8508 美濃加茂市古井町下古井大脇2610-1	0574-25-3111 (代表)
東濃農林事務所農業振興課 農業普及課	〒507-8708 多治見市上野町5-68-1	0572-23-1111 (代表)
恵那農林事務所農業振興課 農業普及課	〒509-7203 恵那市長島町正家後田1067-71	0573-26-1111 (代表)
下呂農林事務所農業振興課 農業普及課	〒509-2592 下呂市萩原町羽根2605-1	0576-52-3111 (代表)
飛騨農林事務所農業振興課 農業普及課	〒506-8688 高山市上岡本町7-468	0577-33-1111 (代表)

■農作物の栽培、食農体験や農業施設の見学についての相談は農業協同組合まで

J A 岐阜中央会 農政部農政広報課	〒500-8367 岐阜市宇佐南4-13-1	058-276-5631 (直通)
J A ぎふ 経済部生活ふれあい課	〒500-8076 岐阜市司町37	058-265-3546 (直通)

JAにしみの 指導販売部女性課	〒503-0849 大垣市東前町955-1	0584-73-8111 (代表)
JAいび川 営農部営農課	〒501-0693 揖斐郡揖斐川町三輪2744-39-2	0585-73-1143 (直通)
JAめぐみの 総合企画部PR対策課	〒501-3802 関市若草通1-1	0575-23-5151 (代表)
JAとうと 経済部農業課	〒509-6133 瑞浪市明世町戸狩815-1	0572-68-5120 (代表)
JAひがしみの 企画総務部広報ふれあい課	〒509-9132 中津川市茄子川1646-19	0573-78-0124 (直通)
JAひだ 営農指導部社会福祉課	〒506-0001 高山市冬頭町15-1	0577-36-3880 (直通)

■食品衛生についての相談は保健所生活衛生課まで

県庁健康福祉部 生活衛生課	〒500-8570 岐阜市藪田南2-1-1	058-272-8281 (直通)
岐阜保健所	〒504-0838 各務原市那加不動丘1-1	058-380-3003 (直通)
岐阜保健所 本巢・山県センター	〒500-8384 岐阜市藪田南5-14-53	058-213-7268 (直通)
西濃保健所	〒503-0838 大垣市江崎町422-3	0584-73-1111 (代表)
西濃保健所 揖斐センター	〒501-0603 揖斐郡揖斐川町上南方1-1	0585-23-1111 (代表)
関保健所	〒501-3756 美濃市生櫛1612-2	0575-33-4011 (代表)
関保健所 郡上センター	〒501-4292 郡上市八幡町初音1727-2	0575-67-1111 (代表)
中濃保健所	〒505-8508 美濃加茂市古井町下古井大脇2610-1	0574-25-3111 (代表)
東濃保健所	〒507-8708 多治見市上野町5-68-1	0572-23-1111 (代表)
恵那保健所	〒509-7203 恵那市長島町正家後田1067-71	0573-26-1111 (代表)
飛騨保健所	〒506-8688 高山市上岡本町7-468	0577-33-1111 (代表)
飛騨保健所 下呂センター	〒509-2592 下呂市萩原町羽根2605-1	0576-52-3111 (代表)

「ぎふ食育キャラクター」が決まりました！食育推進にご活用ください

ぎふ食育キャラクターについて



このキャラクターは、子どもから高齢者まで幅広い県民の方に、岐阜県の特産物や食についての意識を持っていただき、食育に参加していただくことを目的に作成しました。高校生がデザインし、小学生がかわいい名前をつけてくれました。

保育所、幼稚園、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校、市町村の食育の推進にご活用ください。



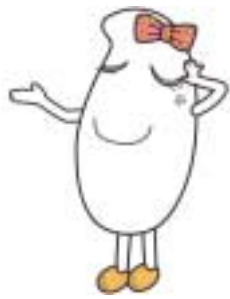
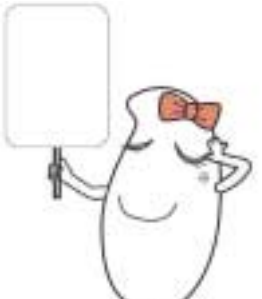
※このキャラクター等に関する一切の権利は、岐阜県にあります。商業目的等に使用する場合は、保健医療課に申請が必要です。

<p>1</p> 	<p>2</p> 	<p>3</p> 
<p>名前 りふまーいん</p>	<p>名前 りふめぐみん</p>	<p>名前 牛 光(うしみつ)</p>
<p>岐阜の米をイメージしています。お米1粒を大切に、ご飯を中心にした日本型食生活で明るい食生活を送ってほしい思いを込めています。</p>	<p>岐阜の豊かな自然と水、特産物(鮎、米、ほうれん草、ブドウ、リンゴ、かぼちゃなど)をイメージしています。岐阜の食材や食文化を知ってほしい思いを込めています。</p>	<p>岐阜で肥育されている牛をイメージしています。岐阜の牛を知ってほしい思いを込めています。</p>
<p>4</p> 	<p>5</p> 	<p>6</p> 
<p>名前 マロミン</p>	<p>名前 まめさんず</p>	<p>名前 きゃろたん</p>
<p>岐阜の栗をイメージしています。岐阜県の栗を使った料理、お菓子を多くの人に親しんでもらいたい思いを込めています。</p>	<p>岐阜の枝豆をイメージしています。家族みんなで食育、健康を考えてほしい思いを込めています。</p>	<p>岐阜の人参をイメージしています。人参を食べて元気になってほしい思いを込めています。</p>
<p>7</p> 	<p>8</p> 	<p>9</p> 
<p>名前 うまがっきー</p>	<p>名前 うまっば</p>	<p>名前 きゅりっち</p>
<p>岐阜の柿をイメージしています。とてもおいしくて、健康に良いので是非みんなに柿の良さを知ってほしいという思いを込めています。</p>	<p>岐阜のほうれん草をイメージしています。野菜を食べて元気になってほしい思いを込めています。</p>	<p>岐阜のきゅうりをイメージしています。おいしいきゅうりを食べてほしい思いを込めています。</p>

<p>10</p> 	<p>11</p> 	<p>12</p> 
<p>名前 ナスキッド</p>	<p>名前 あかっぺ</p>	<p>名前 なまずんちよ</p>
<p>岐阜のナスをイメージしています。野菜を食べてたくさんの栄養を取ってほしい思いを込めています。</p>	<p>岐阜のトマトをイメージしています。岐阜の特産であるトマトを知ってほしい思いを込めています。</p>	<p>岐阜のナマズをイメージしています。ナマズを食べる食文化を知ってほしい思いを込めています。</p>

<p>13</p> 	<p>使用上の注意</p> <ol style="list-style-type: none"> (1)キャラクターの縦横の比率をかえない (2)バランスをかえない (3)書き加えたり、取り除いたりしない。(ぎふまーいんプラカードに限り、板面に文字などを書き加えることができます) (4)色を変えない(白黒印刷は除く) (5)反転させない (6)切除しない(一部を切除して使用しない) (7)ポーズを変えない・つくらない (8)キャラクターを使用する場合には、必ず「ぎふ食育キャラクター 名前」を併せて明記すること。 (キャラクターのみ使用しない、名前のみ使用しない) <p>※使用についてのお問合せ先 岐阜県健康福祉部保健医療課までお願いします。</p>  <p>ぎふ食育キャラクター マロミン</p>
<p>名前 キノタン</p>	
<p>岐阜のきのこをイメージしています。岐阜の美味しいキノコを食べてほしい思いを込めています。</p>	

「ぎふまーいん」6種類の展開形

		
<p>歯磨きする</p>	<p>運動する</p>	<p>調理する</p>
		
<p>食事を食べる</p>	<p>あいさつ</p>	
		<p>プラカードをもつ</p> <p>※プラカードに文字等を入れて使用してください</p>

幼児食農教育プログラム改訂版検討委員

山澤 和子氏

東海学院大学健康福祉学部食健康学科 教授
岐阜県食育推進会議委員（座長）

松本 郁子氏

岐阜県食育推進会議委員
岐阜県保育研究協議会役員
岐南さくら保育園総括園長

大西 由美子氏

女性農業委員
女性農業経営アドバイザー

本書に掲載した写真をご提供頂いた方

末広 秀一郎氏

幼児食農教育プログラム改訂版2013

発行者 岐阜県庁農政部農産物流通課地産地消係
〒500-8570 岐阜市藪田南2-1-1
電話 058-272-8418 FAX 058-278-2682

本書の内容を無断で複写・複製することを禁じます。



清流ミナモト

