

## 兵庫楽農生活センターで実施可能な食育研修メニュー

テーマ	内容	所要時間	その他
「食べ物と農業」 ～食料自給率から考える～	<p>皆が食べている食料は、どこから来る？ 皆が食べている食事の自給率を計算してみよう</p> <p>食料自給率とは 自給率の種類、計算方法、数字の見方 自給率の変化 昭和36年度以降の自給率の変化と消費 国内農業の状況 自給率の変化に応じて国内農業はどう変わったか</p>	60～90分	
「食と農の歴史」 ～都市と農村の関係～	<p>耕地面積と人口の関係を資料が残る700年前後から現代までの変化 日本の人口を支えた農業生産の歴史 どのような制度が生産を盛んにしたか 農家の出現 農家、百姓と呼ばれる職業が出現したのはいつ頃 都市と農村の分離 都市(消費)と農村(生産)が分かれたのはいつ頃 食料生産の変化 お米から園芸・畜産へのシフト</p>	60～90分	
「お米の話」	<p>お米の起源 日本人の生活に与えた影響 生産の歴史 水稲生産の経営 お米の単位消費量の変化 ごはんに関する誤解 食べたなら太るの？ パンと比べて栄養価が劣るの？</p>	60～90分	<p>*昔の農具を使った脱穀、選別体験も可能 千歯こき 足踏み式脱穀機 唐箕掛け等 *しめ縄づくり、餅つきも可</p>
「大豆の話」	<p>大豆の種類 日本人の健康を支えた貴重な植物性タンパク源 大豆の自給率 日本の大豆と海外の大豆、どこが違う 利用方法どこが違う 大豆生産の経営</p>	60～90分	<p>*昔の農具を使った脱穀、選別体験も可能 千歯こき 足踏み式脱穀機 唐箕掛け等 *豆腐づくり、きなこづくりも可</p>
「野菜の話」	<p>野菜の種類 葉菜、果菜、根菜、果実的野菜など利用部分の区別 地域伝統の在来種、新しく開発された種 野菜の栄養価 昔の野菜と今の野菜の比較 微量要素と健康 有機農業 安全性、味はどうかの？</p>	60～90分	<p>*野菜栽培体験も可 *切り干し大根づくり、大根もちづくり体験も可</p>
栽培実習「グリーンカーテン」	<p>ネットメロン、ゴーヤ、パッションフルーツ等の栽培実習 必要な材料 水やり、肥料やりの方法 栽培のコツ 害虫防除 支柱の作り方</p>	1回90分 ×3回 5月、6月、 7月	材料代がかかるため有料
栽培実習「ネットメロン」	<p>ネットメロンの行燈仕立て栽培の実習 内容はグリーンカーテンと同様</p>		
栽培実習「ばれいしょ」	<p>ばれいしょの肥料袋などを用いた栽培 内容はグリーンカーテンと同様</p>	1回90分 ×2回 9月、10月	
栽培実習「みずな等」	<p>みずな、ホウレンソウ、ルッコラ等葉物のプランター栽培 内容はグリーンカーテンと同様</p>		