

農いく！ presents



NOUKURU

旬を学べる！ 宅配型食育 プログラム

東京都 日野市
Neighbor's Farm
農場長・川名 桂さん



2022年 Autumn Plan ご利用ファミリー募集中！



3ヶ月間の連続体験プログラム！ 親子で“野菜をもっと好きになる” ヒントがたくさん♪

2022年10月～12月の全6回、毎回異なる東京産の旬の野菜セットと楽しい教材を通じて、子どもたちが自発的に料理や食べることに興味を持てるよう後押しします！期間中には、畑での収穫体験やプロの栄養士に教わる親子料理教室も♪
楽しく、厚みのある実践的な学びを提供します。

企画者より

農くる！案内役
まるやま めぐみ

「ママと一緒に料理したいな」小学校に上がったばかりの娘の何気ない一言から、



「農くる！」のアイデアの種が生まれました。
お家にいながら畑を感じて、親子一緒に野菜や料理のおもしろさを共有できたらいいなと願っています。

レシピ・教材監修
いまむら ゆい

切る、焼く、和えるなどの調理の体験は、子どもたちの五感を刺激し、心を豊かにしてくれます。そして手元に届くまでに野菜が歩んできた



道のりを知るほど愛着が湧いてくるはず。
親子で一緒に、野菜と仲良くなっていきましょう！

体験者の声 (カッコ内は農くる！ご利用当時のお子さまの年齢)

- ・普段はお店に並ぶ野菜にさほど興味を持っていない子どもですが、農くる！では箱から開けて出てくる野菜に興味津々。「今回は何の野菜？どんな味？」と聞いてきて、子どもの「知りたい」がたくさん詰まっていました！(7歳)
- ・野菜がどれも新鮮で本当においしい！(5歳)
- ・エプロンが可愛いので喜んで着ています。料理を作ることに、子ども自身が能動的に興味を持ち始めた気がします。(4歳)
- ・教材がカラフルで可愛い！普段はドリルなどはやりたがらない息子が、届くとすぐに絵描きや野菜の観察を楽しんで嬉しくなりました。(5歳)
- ・親も子どもと一緒に楽しむツールとなっていて、親にとっても新たな学びや気づきがあります。(3歳)

参加費

お得なアンバサダー制度も！
(先着10組限定 / 詳細はお申込ページに記載)

30,000円 (税込) / 1家庭 (お子さん1名の場合)

- お子さん1名追加ごと、お届けする“主役やさしい”増量費、オリジナルキッズエプロンを含む教材費等としまして、5,000円(税込)を頂戴いたします。

参加費に含まれるもの

農くる！便全6回分(旬の野菜セット・送料・オリジナル教材一式を含む)、オリジナルキッズエプロン、監修者講師費、ワイワイ！おたのしみDay①の参加枠(参加費別)、ワイワイ！おたのしみDay②の参加費、イベント保険加入費

推奨年齢

4歳ごろ～ 小学生

● 教材の内容や、調理器具を扱うための目安としております。年齢に関する質問をご希望の方は、お申込みフォームの備考欄にてご相談ください！

お申込締切：10月13日(木)

以下のQRコードを読み込み、お申し込みフォームに必要な情報をご入力ください。

https://nouiku-tokyo.com/event/noukuru_2022autumn/




定員に達し次第受付終了
お問い合わせご連絡先
042-505-5040 もしくは
nouiku.tokyo@gmail.com
(担当：マルヤマ宛)

監修者

今村 結衣 (管理栄養士)

「人の健康に役立ちたい」という思いから、管理栄養士の資格を取得。複数の食関連企業を経て、現在はフリーランスとして大人向けに料理教室や野菜の切り方講座などを実践。畑や農家さんと触れ合うことが大好きな、一児の母。



運営・企画：  株式会社 エマリコくにたち

2011年創業の東京農業活性化ベンチャー。多摩エリアで複数の地元野菜の直売所や飲食店を運営するほか、畑で農家と都市市民が触れ合う農体験イベント「農いく！」などを企画。都内を中心に、約130軒の農家と、多くの食の生産者と繋がる。



2022 Autumn Plan

農くる! 便の中には...

毎回異なる「主役やさい」+季節ごとに旬を迎えた野菜と
 生まれたてたまご(全6品目前後入り)のセットに、
 親子で楽しみながら取り組める教材がたっぷり入ります♪
 オリジナルデザインのキッズエプロンもプレゼント!
 お届け日は、金曜日の夜または土曜日の夜から選べます♪
 (各曜日定員:先着10家庭ずつ)

お届け日程 & 主役やさい紹介

(ほかにも東京産の新鮮な野菜がたくさん入るよ!)

①

ニンジン
 お届け日:
 10/21(金)or
 10/22(土)



スタート

いっかおり!

②

サツマイモ
 お届け日:
 10/28(金)or
 10/29(土)



焼く? 蒸す?
食べ方いろいろ

④

オレンジカリフラワー
 お届け日:
 11/25(金)or
 11/26(土)



どうやって
切るの
かな...

③

**あまくとろける♪
 キウイフルーツ**
 お届け日:
 11/11(金)or
 11/12(土)



⑤

色大根
 お届け日:
 12/2(金)or
 12/3(土)



だいこんは
白だけじゃない!

⑥

**緑のトマト?!
 カラフルミニトマト**
 お届け日:
 12/16(金)or
 12/17(土)



ゴール

※主役やさいの品目は、生育状況等により変更となる場合がございます。

農くる!オリジナル教材一覧



どんな教材に取り組むの?

①お野菜観察カード 野菜を観察して特徴を発見!

カードに書かれたヒントをもとに、実際に野菜に触れてじっくり観察しながらワークに取り組もう。楽しいお野菜クイズ付き♪



②農家さんカード 農家さんの工夫や思いを知る!

「主役やさい」を育ててくれた農家さんを紹介!畑のことや育てている野菜のお話、農家さんから子どもたちへのメッセージもお楽しみに♪野菜が買えるお店紹介も!



③お絵描きシート 自由に野菜を表現!

届いた野菜の絵を描いてみよう!色、形、大きさ、感触...まじまじ見て描いてみると、いつも見慣れた野菜の新たな顔が見えてくる?



④お野菜すごろく風レシピ 親子で料理に挑戦!

「主役やさい」を存分に味わうレシピが、楽しいすごろく風に!畑から台所へ、そしてみんなの身体の栄養となるまで、野菜の一生を学ぼう。



⑤振り返りシート 発見をオモシロガロウ!

いろいろなワークや、料理して食べるまでの過程を通じて学んだことや気づきを残そう。次に挑戦してみたい料理はあるかな?



ワイワイ!おたのしみDay スケジュール / 内容紹介

①「秋のサトイモと旬野菜の収穫体験! inくにたち」

2022年11月19日(土) 10:00~12:00ごろ

※雨天の場合翌日(日曜日)に延期して開催予定

参加費: 3,500円 / 1家庭 (1家庭あたりの人数不問)

秋の味覚! サトイモ掘りと観察を楽しもう♪

サトイモの他にも旬野菜の収穫体験付きで、畑を満喫!



②「親子で冬野菜を味わうお料理教室! @オンライン」

2022年12月10日(土) 10:00~12:00ごろ

参加費: 無料

農くる! 監修者の管理栄養士・ゆい先生に教わる、

親子で参加しやすいお料理教室♪野菜の切り方レッスンや、

旬の食材を活用した簡単な料理にチャレンジしてみよう!

