

農いく！ presents



# 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

自宅にお野菜と教材が届く  
2023 Winter Plan  
ご利用ファミリー募集中！

2023年1月開始！



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♪

2023年1月～3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！どんな野菜との出会いがあるかな？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。

## 体験者の声



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、届くとすぐにお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）

\*カッコ内は農くる！ご利用当時のお子さまの年齢

選べる2プラン

お申し込み受付  
1月19日(木)まで

全3回  
月に1度お届け

## おためしプラン

12,000円 (税込) /1家庭  
お子さん1名の場合

★選べるオプション（おためしプランのみ）  
農くる！オリジナルキッズエプロン&野菜柄手ぬぐいセット  
3,000円(税込)  
※ご希望の方はお申込みフォーム該当欄にチェック！  
初回便と一緒にお届けします♪

全6回  
月に2度お届け

## しっかりプラン

24,000円 (税込) /1家庭  
お子さん1名の場合

★しっかりプラン参加特典  
農いく！オリジナルキッズエプロン&野菜柄手ぬぐいセット  
（3,000円相当）をプレゼント！

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！

右の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\\_2023winter/](https://nouiku-tokyo.com/event/noukuru_2023winter/)

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

管理栄養士 今村 結衣



「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。

企画・運営



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。



2023 Winter 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♪

希望者にはオリジナルのエプロンと手ぬぐいも一緒にお届け!

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5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

切り干し大根

お届け日:  
1/27(金)or  
1/28(土)



②

ほうれん草

お届け日:  
2/3(金)or  
2/4(土)

ゆでたり  
(いためたり)



スタート

農家さん手作り  
水で戻して  
使うよ

④

春のカブ

お届け日:  
3/3(金)or  
3/4(土)

どうやって  
切るの  
かな...



③ あまくとろける♪

完熟いちご  
お届け日:  
2/17(金)or  
2/18(土)



⑤

のらぼう菜

お届け日:  
3/17(金)or  
3/18(土)

東京の  
伝統野菜



⑥

春野菜の主役

アスパラガス  
お届け日:  
3/31(金)or  
4/1(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♪



観察力

### 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!



想像力

### 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?



表現力

### 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。



生活力  
集中力

### 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?



学びの  
定着