

野菜を育てる体験、旬の野菜で調理実習！

くまちゃん農園

子どもから大人の方を対象に、自家農園の野菜を中心として、栽培体験、調理実習等の食育活動を実施しています。

野菜の栽培、販売

2017年から休耕地を利用して菜園をはじめ、野菜の種まきから種とりまでの一連の栽培体験により、食の背景に関心を持つ食育活動を実施。

収穫された野菜はマルシェでの販売も実施。



野菜の
栽培体験

調理実習、レシピ提案など

大和野菜である大和丸なす、地元でとれたトマト等を使った調理実習を実施。

上級食育アドバイザー・幼児食インストラクターでもあり、調理に当たっては、親子で楽しめて子どものやる気を引き出すアイデアやレシピを提案。

また、種とりや野菜クイズのワークショップも実施。



調理実習で作った「トマトカレーランチ」

栄養指導

生涯おいしく食べて健康に過ごせるように、カロリー計算不要の、弁当箱を使った簡単な栄養指導を実施。



栄養指導
の様子



マルシェでの販売