

令和 6 年度 高松みらいのはたけで実施する「ちゃんとごはん+食育ミニ講座」について

1 実施日時および実施場所

令和 6 年 7 月 20 日（土） 9 時 30 分～13 時 30 分頃

練馬区立高松みらいのはたけ（練馬区高松 2 - 23 - 17）

練馬区立農の学校（練馬区高松 1 - 35 - 2）【農の学校は保護者のみ】

2 対象者

小学生親子 12 組（先着順） （従事する食育推進ボランティアは 3 名の予定）

3 実施内容

(1) 親子で収穫体験

(2) 子ども：食育推進ボランティアと一緒に「ちゃんとごはん」調理

保護者：【農の学校に移動】

管理栄養士※による食育ミニ講座（調理デモ+試食あり）に参加

※講師は「認定栄養ケアステーション ラシーネ練馬中村橋／おはしごはん」に依頼

(3) 調理終了後、親子が合流して食育推進ボランティア等と一緒に共食

4 メニュー

（主食）ごはん

（副菜）野菜たっぷりみそ汁・（だしをとった後のかつお節と昆布で作る）ふりかけ

（主菜）収穫した野菜を使った肉野菜炒め

5 周知方法、申込開始日、申込方法

(1) 周知方法

区ホームページおよび都市農業課アプリ「とれたてねりま」のイベント情報で発信

(2) 申込開始日および申込方法

令和 6 年 6 月 28 日（金）から Logo フォームにて先着順で受付

6 使用食材について

(1) ちゃんとごはん

みそ汁と肉野菜炒めの野菜については、当日収穫した野菜を使用する

米、調味料については、フードドライブ事業から提供された食材を使用する

(2) 食育ミニ講座

調理デモ+試食用の使用食材については、当日収穫した野菜を一部使用する予定