



11月28日(土)
開催決定!!

淡路島の自然と食を親子で満喫!!食育ワークショップ

Healing Table Workshop in Awaji

命を育む種まきから、サツマイモの収穫、和食の基本を支える味噌づくりまで盛りだくさん!
自然豊かな環境で思う存分五感を刺激しながら、「食」に関する知識と「生きる力」を育む体験を、ぜひこの機会に!!

種まき体験



普段食べているお野菜がひとつの種からできているということを実感しましょう。種の大きさや見た目、色などに触れながら優しく、楽しく種まきをしていきます。

収穫体験



どんなサツマイモが姿を現すのか、土の感触や匂いを楽しみながら収穫します。畑は子どもたちの好奇心をくすぐる魅惑の遊び場です。

絵本読み聞かせ



クックパッド監修のオリジナル食育絵本「おりょうりえほん」で大豆に興味をひき、味噌づくりに挑戦します。絵本の読み聞かせで食や料理について楽しみながら学べます。

つくる・食べる



簡単な材料・道具で味噌づくり。1家族約3kgの味噌をお土産としてお持ち帰り頂きます。帰宅後も思い出話に花が咲きますね!

プログラム内容

日時	2020年11月28日(土) 10:00 - 14:30
場所	【自然体験】共創循環型ファームビレッジ"Seedbed" 【ランチ&味噌づくり】廃校を活用した複合観光施設のじまスコーラ
参加費	大人1名3,500円(税込) / 子供1名1,500円(税込) ※ 3歳以下無料 ※ 【料金に含まれるもの】スケジュールに記載されている体験費、昼食代、手づくり味噌
お子様対象年齢	5歳~10歳程度 (それ以外のお子様も参加可能です)
お持ち物	水筒、お着換え、レインコート(小雨の場合)、エプロン

～Workshop Schedule～

10:00	集合	共創循環型ファームビレッジ『Seedbed』ファイヤープレイスに集合
10:05	イントロダクション	“食べる”ことについて考えてみよう♪ ●“循環と健康”の話（いろんな草、虫、鳥、微生物がいるから、いろんな栄養素ができて健康） ●“食べる”の話（なんで食べるの？食べたら食べ物はどうなるの？野菜はなんで健康に良いの？） ●“からだ”の話（からだって何で出来てるの？なんで息をしているの？なんで動く？と疲れるの？）
10:15	フィールド体験	みんなで楽しく畑の探検♪ どうやって土はできるのか、植物・野菜はできるのか、見て聴いて触って学ぼう♪ ●私たちの暮らしを支える“土”について ～コンポスの原理と、土のつくり方～ ●農薬や肥料を使わなくても“自然の力”で野菜はできる？ ●“土”で造るサステナブル建築“アースバッグハウス”の見学
10:50	体験コンテンツ	衣食住の根源ともなる“土”をつくることから、畑づくり・収穫を体験♪ ●荒れた土地（元耕作放棄地）にウッドチップ・ゼオライトをまいて土を豊かにする ●畝建てをして種をまいてみる ●旬の野菜を収穫してみる
のじまスコーラへ移動		
12:00	ランチ	淡路島の「おかん」が作るほっこり和食ランチで休憩♪
13:00	『おりようえほん』読み聞かせタイム	つくる、食べるの前の体験でもっとおいしく、楽しくなる♪ 『ぼくのおじいちゃんは大豆博士』のえほんを読んで大豆の不思議に触れてみよう！
13:05	味噌づくりワークショップ	和食を支える発酵食の代表格“味噌”を自分の手でつくってみよう♪ ●楽しく丁寧に、気持ちを込めて味噌をつくる。食卓を家族で囲んで美味しく食べて、食の大切さを学ぶ!! ●味噌が発酵していくプロセスは、子どもに見えない世界を想像するチカラを育ててくれる!？
14:30	解散	



*時間は目安です。天候により上記の内容は変更する場合がございます。

<アクセス> mm

《農業・自然体験》共創循環型ファームビレッジ“Seedbed(シードベッド)”

【住所】〒656-1726 兵庫県淡路市野島常盤Seedbed

【車でお越しの場合】・淡路IC～県道31号線（10分）

《昼食・味噌づくりワークショップ》のじまスコーラ

【住所】〒656-1721 兵庫県淡路市野島臺浦843

【車でお越しの場合】・淡路IC～県道31号線（15分）・北淡IC～県道31号線（10分）

<補足情報>

- ◆アレルギー等がある場合は事前にお知らせください。
- ◆小雨の場合、実施いたします。強風や大雨予報の場合、前日判断の上ご連絡させていただきます。
- ※天候の関係で実施が難しいと判断された場合、キャンセル料はかかりません。
- ◆思いきり楽しめるように土がついても構わない履き物、服装でお越しください。
- ◆水筒と着替え、小雨の場合はレインコートをお持ちください。味噌づくりワークショップでエプロンが必要な方はご準備ください。

お申込み先

株式会社 パソナグループ Healing Table事務局

Tel : 03-6734-1013

Mail : healingtable@pasonagroup.co.jp

▼お申込みフォーム

