

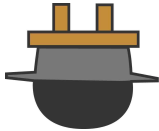
その5

食体験

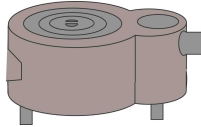
所要時間30分～
開拓当時に再現した食事についての体験です。

自由に組み合わせられます。

オカマでご飯 60分



5セットあります。



羽釜でご飯を炊きます。薪ストーブの使い方を学んで挑戦します。普段は炊飯器任せの炊飯を自分たちで火力調整します。うまくいけばとてもおいしいご飯が食べられます。

推奨 4年生以上

食のお話 20分～

実物資料や教材やスライドで食事の歴史を楽しく知ることができます。現代の食の課題、環境、食育との関連した内容にもできます。炊飯や食体験と組み合わせるとよりわかりやすい体験をすることができます。



対象全学年



食事代は一人
100～200円程度
試食程度なら無料

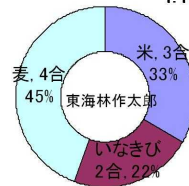
開拓期の食体験 20分

対象全学年

雑穀ご飯とみそ汁とつけものを食べます。この食事は開拓期から昭和30年代までの食の基本です。雑穀ご飯を2、3種類準備して、比較することもできます。上湧別に暮らした人たちの食事がわかります。



家族8人
主食量
1.1合/人



副食
・魚 52.5g
・大根漬3本
副食1人あたり
・魚 6.6g
・大根漬0.4本

屯田兵の食事例

基本データ

座席数	食体験 屯田兵屋 約20人 調理実習室 40席
出張授業の可否	可 (オカマでの炊飯は野外)

おすすめのポイント

伝統的に食べられていた食事を知ることができます。雑穀ご飯を主食として食べていた時代は2500年以上になります。食の歴史を知るだけではなく、現代の食の問題や環境なども考えることができます。

活用例

- ・食を考える
- ・昔の物語の食事を食べてみる
- ・環境と食事