

# 2022年度 「出前講座」のご案内

パルシステム山梨では、「環境・食・フェアトレード」をテーマに、出前講座メニューを用意しています。お友達と一緒に、出前講座を開催してみませんか？ 保育園、幼稚園、学校、児童館などでも対応できますので、お気軽にご相談下さい。



## 《出前講座について》

- ・講座は「リアル開催」・「オンライン開催」のどちらかからお選びいただけます。(オンライン機材がない場合でも対応可能な場合もございます。ご相談ください。)
- ・5名以上、集まれば出前講座を開催することができます。お知り合いやお友達などの参加も可能です。
- ・所要時間は目安です。
- ・出前講座をご希望される場合は、希望日の2ヶ月前までにお電話もしくはE-mailにてお申し込み下さい。
- ・出前講座は月～金(祝日可)の10:00～16:00の範囲でお受けしております。(それ以外の日時で開催希望の場合はご相談ください。)
- ・講座では調理・飲食は行いません。
- ・新型コロナウイルスの感染状況や申込状況によっては、希望日での講座開催ができない場合もありますので、ご了承ください。
- ・講座の内容についてのご相談は随時お受けいたします。

## 《費用について》

- ・講座の開催は、1回1,000円となります。(別途、材料費が掛かる講座があります。)

## 《会場について》

- ・集合開催の場合は公共の施設等に設定してください。個人宅での開催は、事故や損害などが生じた場合、責任が取れない場合もありますのでご遠慮ください。また、感染対策(ソーシャルディスタンス、換気等)の取れる会場にて開催をお願いしております。
- ・会場での検温、アルコール消毒、マスク着用のご協力をお願いいたします。
- ・個人別に講座を受講する場合は、各自自宅からのオンラインでのご参加は可能ですが、受講できる環境(wifi環境等)にある方に限ります。

## 《参加対象について》

- ・各講座の参加は、子ども・大人・親子向けと対象が分かれています。お子さんのみでの開催ができない講座もあります。
- ・詳しくは、出前講座メニューをご確認下さい。

## 《お問い合わせ》

- ・生活協同組合パルシステム山梨 組織運営部 活動支援課

TEL:055-243-6327

E-mail:[yamanashi-katudou@pal.or.jp](mailto:yamanashi-katudou@pal.or.jp)

# 講座メニュー

「リアル開催」・「オンライン開催」のどちらかをお選びください  
(オンライン限定除く)。  
調理・飲食(試食・試飲含む)は行いません。

項目	講座名	内容	所要時間	材料費	対象世代
環境	牛乳パックから パルプを 取り出そう！ *オンライン限定	紙資源のことを考えるとともに、3Rのことを学びます。自分たちで取り出したパルプを使った紙漉きハガキを後日プレゼントします。	30分～	無料	全世代
	森林について 学ぼう！	パネルシアターを見ながら水や森林、環境の循環について分かりやすく学びます。	30分～	無料	小学生
	自然派！ お掃除講座	①自然素材を使用したシンプルで手軽なお掃除術を学びます。主に大人向け。 ②小学生向けのおそうじ講座。汚れが落ちるしくみや身近な汚れを石けん等でキレイにする方法を学びます。	各 60分～	無料	大人向け 小学生
食	ジュースを知ろう	ジュースにはどの位の砂糖が入っているかご存知ですか？ジュース作りを通して砂糖の摂取量を学びます。	30分～	1人 50円	全世代 小学生未満は 親子で
	食品添加物	天然着色料と合成着色料の違いや、食品添加物として多く使用される亜硝酸について、簡単な実験を通して学びます。	30分～	無料	全世代 小学生未満は 親子で
	日本のだし	だしをとるのは難しそうですね。でも意外と簡単にだしをとることができますよ！味覚に欠かせないだし。だしの大切さについても学びます。	30分～	無料	全世代
	健康講座	シニア世代の食生活について考えます。頭と体の健康体操も行います。	60分～	無料	シニア世代
	離乳食	取り分けレシピで、赤ちゃんといっしょに「食べる」を楽しみます。前期・中期・後期など期間別メニュー対応可能。	30分～	無料	プレパパ・ママ 離乳食期の子を持つ パパ・ママ
	お米を使った おやつ	日本人の食生活に欠かせないお米を使った、美味しくて腹もちも良いおやつをお伝えします。お米のパワーや魅力も学べます。	30分～	1人 100円	全世代 小学生未満は 親子で
	豆腐づくり *オンライン限定	お豆腐作りを通して、遺伝子組換え食品について考えます。	30分～	無料	小学3年生以上
	手作りチーズを 作ろう	牛乳の種類や歴史についての紙芝居と、『牛乳を使ったチーズ作り』を通し、わかりやすく説明します。	30分～	無料	全世代 3年生以下は 親子で
	食育エプロン *オンライン限定	①食育まあちゃん エプロンシアターで、食べ物を通し、「からだの仕組み」や「栄養」について学びます。 ②おばけのぼっくん「好き嫌い」編 ③おばけのぼっくん「もったいない」編 エプロンシアターで、「好き嫌い」や「もったいない」について学びます。 ④早ね早おき朝ごはん エプロンシアターで、「早ね早おき」や「朝ごはん」の大切さについて学びます。	30分～ ※組み合わせ可能	無料	小学生以下 小学生未満は 親子で
フェア トレード	フェアトレード を学ぼう	①フェアトレードチョコレートについて、紙芝居などを使ってわかりやすく学びます。 ②フェアトレードバナナについて、紙芝居などを使ってわかりやすく学びます。	各 30 分	無料	小学生以上