

コープみらい活動サポーター制度

コープみらい出前授業

~食膏体験プログラム~

コープみらいは、食育に関する学びを応援するために、地域の自治体や市民団体、学校などに向けて体験型の出前授業を実施しています。





はじめに

今、私たちのくらしの中の"食"をめぐっては、「野菜不足」「朝食欠損」「不規則な食生活」「孤食」など さまざまな課題があります。また、「食品ロス」や「貧困」なども社会的な課題となっています。

コープみらいは、「ビジョン 2035」(2035 年の目指す姿)として『食べるしあわせ、自分らしいくらし 「ともに」の力で、笑顔の明日を』を掲 げています。コープみらいの「ビジョン 2035」および方向性を同じくする「SDGs (持続可能な開発目標)」の実現に向けて、持続可能な社会につながる多様な取り組みを進めています。"食"については、安全・安心な商品をお届けするコープデリ宅配や店舗での事業活動はもとより、食育をテーマとした体験プログラムの実施や、生産者の協力を得て農業体験企画の開催などを積極的にすすめています。

また、地域社会のニーズや期待に応える担い手として「コープみらい活動サポーター(食育サポーター)を養成し2019年秋より活動をすすめています。コープみらい活動サポーターが実施する「体験プログラム」をとおして地域社会に貢献します。

現在のコロナ禍においては感染対策を行い、出前授業を実施しています。詳しくはお問い合わせください。

主な開催場所

小・中・高等学校、学童保育、子育てサロン、公民館、社会福祉協議会、自治体の親子プログラムや夏休みなどの長期休暇の際の子ども向け教室 など

出前授業・コープみらい活動サポーターについて

- ・出前授業は、コープみらい活動サポーターが講師としてうかがいます。コープみらい活動サポーターは、組合員ボランティアです。
- ・出前授業は無料です。(一部、材料費などがかかるプログラムがございます。)

【お問い合わせ、お申し込み】

お申し込みは最終ページの「講師派遣依頼書」を郵送または FAX でご提出いただくか、e メール.お電話にて受け付けます。

コープみらい東京都本部参加とネットワーク推進部 コープみらい活動サポーター事務局

TEL:03(3382)5665 (9:00~17:00 土日祝休)

FAX: 03 (5385) 6035

e-mail: tokyo_soshiki@coopdeli.coop

メールのタイトルに「食育サポーター出前講座申込み」とご記入ください。

住所:〒164-0011 東京都中野区中央 5-6-2

早寝、早起き、朝ごはん



~きちんと睡眠をとり朝ごはんを食べることの大切さを学ぼう~

ねらい・内容

きちんと睡眠をとること、朝ごはんを食べることは なぜ大切なのでしょう。睡眠が健やかな成長に欠か せない成長ホルモンの分泌につながること、朝ごは んを食べることで体に様々なスイッチが入ること などを学び、成長期の体に必要な睡眠や食事の大切 さを考えるプログラムです。

グループで「朝ごはんワーク」を体験して、バランスのよい朝ごはんも考えます。







対象年齢: 小学生以上

所要時間: 45分(応相談)

参加人数:応相談

会場 : 教室や体育館など

ご用意いただくもの

- ・スクリーン
- プロジェクター(応相談)
- マイク(会場により)

ながれ(目安)

- ① 睡眠と朝ごはんの大切さを学習(15分)
- ② グループごとに朝ごはんワークを実施(10分)
- ③ 発表など(10分)
- ④ まとめ (5分)





2019年の出前授業の様子

もったいないを考えよう



~食料の不平等ともったいないを考える~

ねらい・内容

給食を残していませんか?給食ができるまでに 様々な人が関わっていることを学んだ後、「もし 世界の人口が〇〇人だったら」と仮定し、先進国 やアジア、アフリカ、南アメリカのグループに分 かれ、世界ではどのように食べものが分けられて いるのか、世界の食の不平等さを模擬体験しま す。また、食べものに恵まれている日本では大量 の食品ロスが発生していることを学び、自分たち にできることを考えます。 对象年齡:小学生以上

所要時間:30~45分(応相談) 参加人数:15人~1クラス程度 会場:教室や体育館など

ご用意いただくもの

- ・ 人数分のお手玉(もしくは玉入れの玉)
- ・トレー5つ
- ・ 開催日近くの給食の献立表と写真
- ・スクリーン



ながれ(目安)

- ① 給食ができるまでの学習(10分)
- ② 食料分配ゲーム(15分)
- ③ 日本の食品ロスについて(5分)
- ④ 私たちにできること(5分)
- ⑤ まとめ (5分)

「SDGSってなぁに?」



~世界のことから身近なことまで明日からできることを学ぼう~

ねらい・内容

SDGs (持続可能な開発目標)の 17 の目標は、「誰一人取り残さない」 という考えに基づいて定められまし た。

- ① それぞれの目標を知り、世界全 体で取り組むべき課題を身近な事柄 に置き換え、学習とワークを通し学 *1*31.
- ② SDGs を知り、一人ひとりが「今





対象年齢: 小学生以上(高学年向

所要時間:40分から45分

参加人数:応相談

会場: 教室・体育館など

ご用意いただくもの

- ・スクリーン
- プロジェクター(応相談)
- ・マイク

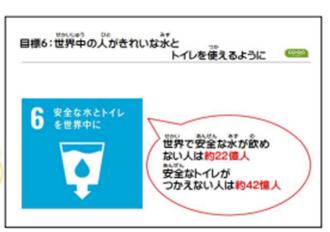
ながれ(目安)

- ① 持続可能な開発目標学習(15分)
- ② 開発目標6:動画視聴(10分)
- ③ 教育、貧困、学習・ワーク (10)

分)

④ 気候、海、:







CO-Oり ともに はぐくむ くらしと未来

ビジョン

食べるしあわせ、自分らしいくらし 「ともに」の力で、笑顔の明白を

私たちは、助け合いの心と協同の力が生みだす「ともに」の力で 未来をきりひらき、誰ひとり取り残さない社会を創ります

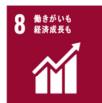
SUSTAINABLE GALS DEVELOPMENT GALS





































発行 2019年10月 改訂2024年7月

生活協同組合コープみらい 東京都本部 参加とネットワーク推進部

〒164-0011 東京都中野区中央 5-6-2 03(3382)5665 [9:00-17:00 土日祝休み]