

運営マニュアル制作事例(オンライン食育イベント実証)

開催概要

- イベントタイトル** 旬の野菜でサンドイッチとポトフを作ろう！ ～オンライン親子クッキング～
- 会場** マヨテラス キッチン 東京都調布市仙川町2-5-7 仙川キューポード内
- 日程** 2022年2月11日(金) 10:30~12:30
- 実施概要** ソムリエファーム～わたなべさん家の野菜たち～の採れたて野菜を使ってマヨテラス キッチンよりZoomでオンライン親子料理教室を実施
- ターゲット** 小学生とその保護者
- 定員** 10組20名(予定) ⇒ 応募13組だったため全員当選
- 協賛・開催協力** 農林水産省の委託事業により
ソムリエファーム～わたなべさん家の野菜たち～
NPO法人成人病予防協会
キューピー株式会社
- 事前告知** ソムリエファーム～わたなべさん家の野菜たち～ ホームページ
日本成人病予防協会 特定非営利活動法人 Twitter & Instagram
キューピーホームページ オフィシャルブログ

※参考事例

タイムテーブル

| 開始 | 終了 | LAP | 進行内容 | 担当者 | Zoomホスト名 (進行者担当) | Zoomゲスト名 (参加者担当) |
|-------|-------|-----|--|-----|------------------------------------|--------------------------|
| 9:30 | | | お集まり～お楽しみ会(ソムリエファーム) | 職員 | セツ子 | セツ子 |
| 9:45 | | 45 | リハーサル | 職員 | リハーサル | リハーサル |
| 10:15 | | 15 | スタンバイ タイトルスライドを配布 | 職員 | リハーサル マイクオン タイトルスライド 接続確認 | 参加者 マイクオン タイトルスライド |
| 10:20 | 10:30 | | 挨拶 | 講師 | スズキ | スズキ |
| 10:30 | 10:35 | 5 | 導入(お楽しみ会) | 講師 | スズキ | スズキ |
| 10:35 | 10:40 | 5 | ソムリエファームから中継 マヨテラス員 | 講師 | スズキ | スズキ |
| 10:40 | 10:55 | 15 | ソムリエファームより中継・野菜の紹介など (スライド参照) | 講師 | スズキ | スズキ |
| 10:55 | 10:58 | 3 | 料理教室スタート 調理開始 | 講師 | スズキ | スズキ |
| 10:58 | 10:59 | 1 | 野菜の準備など紹介(スライド参照) | 講師 | スズキ | スズキ |
| 10:59 | 11:10 | 11 | レシピ紹介(スライド参照) 料理の準備 ご質問のみなさまと調理開始 片付け完了 | 講師 | スズキ | スズキ |
| 11:10 | 12:20 | 10 | まとめ(感想・感想交換) | 講師 | スズキ | スズキ |
| 11:20 | 12:25 | 5 | ソムリエファームから中継 リハーサル | 講師 | スズキ | スズキ |
| 12:25 | 12:30 | 5 | 終了タイトルスライドを配布 オンライン終了 | 職員 | スズキ | スズキ |
| 12:30 | 13:30 | | 終了の挨拶 | 職員 | | |

※参考事例

企画制作上のポイント

- ◆実施日時：
親子が参加しやすく、作った料理を家族で食べることができる休日のランチタイムに設定。
- ◆定員：
オンライン会議システムで参加者全員の顔が見え、コミュニケーションを取りやすい組数として定員を10組に設定。
- ◆タイトル：
親子で参加できるイベントであることを打ち出し、何が作れるのかわかりやすく表示した。

企画制作上のポイント

- ◆全体進行：
全体の進行の流れと役割分担、登場人物の動きがわかるよう進行内容を一覧表にまとめたタイムテーブル(進行表)を作成。
- ◆構成面：
イベントが単調にならないよう、キューピーの施設紹介や農園からの中継を交えて進行するよう工夫した。
- ◆運営面：
オンライン会議システムのホスト担当に対応が一極集中しないよう、参加者対応と出演者対応として役割分担を行い2名体制で実施。

運営マニュアル制作事例(オンライン食育イベント実証)

レシピ・参加者側の準備物リスト

当日のメニュー「萌断サンドイッチ」と「野菜ゴロゴロポトフ」

| 準備していただく食材 | ✓ | 準備していただく調理器具・他 | ✓ |
|-------------|---|----------------|---|
| 胡椒…適量 | | 包丁 | |
| しょうゆ…小さじ1/2 | | まな板 | |
| 食パン…4枚(8枚切) | | ピーラー | |
| ツナ缶…2缶 | | ボウル 2つ | |
| ウインナー…一袋 | | おたま | |
| 水…800ml | | 鍋 | |
| | | 小さじ | |
| | | 大きじ | |
| | | バット(お皿でも可) | |
| | | 皿(サンドイッチ・スープ用) | |
| | | 竹串(箸でも可) | |
| | | ラップ | |
| | | キッチンペーパー | |



▲新鮮野菜(イメージ)



▲調味料

前日までに届くもの

※参考事例

主催者側の準備物リスト ①

【配信機材 他】

| ソムリエファーム | | マヨテラス キッチン | |
|---------------------|----|---|------|
| iPad(docomo端末) | 1台 | ノートPC(①司会、②ホスト、③チャット対応、④ウェブカメラ接続用、⑤講師確認用) | 5台 |
| テザリング iPhone (au端末) | 1式 | ウェブカメラ(講師全体用) | 1台 |
| 通信環境 Wi-Fi | 1式 | iPhone(手元用) | 1台 |
| ピンマイク | 1個 | 三脚(大・小) | 各1台 |
| | | ジンバル(マヨテラス見学用) | 1台 |
| | | ライト | 2機 |
| | | 延長コード | 3~4本 |
| | | モニター(関係者視聴用) | 1台 |
| | | メールアドレス(参加者連絡用) | 1式 |
| | | Zoomアカウント | 1式 |
| | | 調理器具 | 1式 |
| | | 食材 | 1式 |

※参考事例

企画制作上のポイント

- ◆参加者の準備物：
料理教室で参加者に準備していただく食材や道具類をリストアップし、参加者に事前送付。サイズや数量などなるべく具体的に書き出しておけば当日の参加者運営がスムーズ。
- ◆事前準備スライド：
上記のリストをもとに準備物スライドを作成し、イベント開始前のタイミングで参加者に準備物のチェックを促した。

事前準備について

野菜は洗って水をふき取っておいてください。

| 野菜・調味料 | 調理器具 | 準備量 |
|---------------------------------|-------------|---------|
| 野菜(人参、ピーマン、きゅうり、トマト、オクラ、アスパラガス) | 包丁、まな板、ピーラー | 各1袋 |
| 調味料(しょうゆ、胡椒) | | 各1袋 |
| 食パン | | 4枚(8枚切) |
| ツナ缶 | | 2缶 |
| ウインナー | | 1袋 |
| 水 | | 800ml |

企画制作上のポイント

- ◆主催者側の準備物：
実施に際して準備もれのないよう、配信に必要な機材をリストアップ。手元用と講師用の2つスマホを準備した。また、スマホの配置により暗くなる部分を補うためのライトを準備した。
- ◆農園側(中継)の準備物：
通信環境が不安定になることも想定し、2種類の通信キャリア(ドコモ・au)のスマホと現地のWi-Fiのうち、最も通信速度の速く安定しているものを選んで配信を行った。



デジタル食育の
オンライン
食育イベント
食育動画
アプリを活用した
食育活動
デジタル食育の
PDC Aサイクル

運営マニュアル制作事例(オンライン食育イベント実証)

参加者募集 告知



旬の新鮮野菜がご自宅に届きます！

**旬の野菜で
サンドイッチとポトフを作ろう！**
～オンライン親子クッキング～

スーパーでは見かけない珍しい野菜が届くかも！

▲新鮮野菜(イメージ) ▲野菜とろろポトフ ▲精製粉サンドイッチ

日時: 2022年2月11日(金) 10:30~12:30
定員: 10組(6歳以上のお子様と保護者)
参加費: 無料 ※発送する食材以外は各自準備ください
配信方法: オンライン会議システム「Zoom」
応募方法: 右の二次元コードよりお申し込みください。応募締切: 2022年1月20日(木) 24時

【告知方法】
ソムリエファーム ホームページ
日本成人病予防協会 Twitter & Instagram
キュービー(株)オフィシャルブログ

【告知～イベント開催までの流れ】
1/11～募集開始(イベント開催1ヶ月前)
↓
1/20 応募締切(約3週間前)
↓
1/21～当選通知 & 送付物到着希望日確認
↓
1/31 送付物到着希望日 受付
↓
2/7～ 送付物発送
↓
2/11 イベント本番

※参考事例

企画制作上のポイント

- ◆告知物の制作：
オンライン親子クッキングで作る料理や使用する野菜を大きめのビジュアルと最小限のテキストで明確にした。また、オンライン配信方法についても、使用する会議システム(Zoom)について明記した。
- ◆告知方法：
企画協力3団体により短期間での拡散を狙い、オンライン上での告知を行うこととし、各団体が今回のイベントを告知できる、ホームページやSNSを活用して告知を行った。

ソムリエファーム
Facebook



日本成人病予防協会
Twitter



キュービー
ブログ



- ◆事務局作業：
応募受付の際には取得する個人情報には必要最低限にとどめ、参加者から食材を送るための住所などの情報を取得した。当選者に食材をお届けする希望日程を聞き、前日までに到着するスケジュールとした。
募集期間は10日間とした。

デジタル食育の概要

オンライン食育イベント

食育動画

食育活動の活用事例

食育活動の活用事例

デジタル食育のPDCAサイクル

運営マニュアル制作事例(オンライン食育イベント実証)

応募フォーム(グーグルフォーム)



旬の野菜でサンドイッチとポトフを作ろう！
～オンライン親子クッキング～

【日時】2022年2月11日(金)
10:30～12:30(終了時刻は進行状況によって多少前後します)
【定員】10組(6歳以上のお子様と保護者)
※保護者のご判断で弟妹も参加可能ですが十分な安全確保をお願いします。
※事前申し込みが必要です。定員超過の場合 厳正なる抽選のうえ当選者のみご連絡します。

【参加費】 無料
※発送する食材以外は各自ご準備ください。

【配信方法】 オンライン会議システム「Zoom」
※お手持ちのパソコン、タブレット、スマートフォン等に事前にZoomアプリをダウンロードください(通信状況の良い環境でご参加ください)。
※通信料はお客様のご負担です。

【配信場所】 マヨテラスキッチン (東京都調布市仙川町)

【内容】

- 第1部 旬の野菜について知ろう！
食育体験ができる農家「ソムリエファーム」(千葉県山武市)の渡辺さんより旬の野菜がいっぱいの畑をご案内します。前日までにソムリエファームの野菜をご自宅に届きます！
- 第2部 採れた野菜を使ったかんたんレシピ
ご自宅に届いた野菜を使って管理栄養士白井さんがかんたんレシピをご紹介します。みなさんと一緒に調理します。
- 第3部 マヨテラスよりマヨネーズのみみつをご紹介します！

【準備物】 送付する材料(野菜や調味料)以外の材料
※事前に当選者へご連絡いたします。

※当イベントは農林水産省の委託事業により実施いたします。
企画協力：ソムリエファーム～わたなべさん家の野菜たち～/NPO法人日本成人病予防協会/キユーピー株式会社
※当日は録画をさせていただきます。録画映像や写真について、後日ホームページや発行物に掲載させていただきますので、あらかじめご了承ください。

【個人情報の取り扱いについて】
ご提供いただいた個人情報は、本企画に関わる利用目的及び食育活動に関するアンケート調査のみに利用いたします(アンケートは企画終了後にメールで送信いたします)。

※スマートフォンで見るとも想定し、
改行せずに作成

お名前*

回答を入力

メールアドレス*

回答を入力

電話番号*

回答を入力

参加人数(大人)*

選択

参加人数(子ども)*

回答を入力

送信

当選者情報入力ページ(グーグルフォーム)



当選者様情報入力

この度は「旬の野菜でサンドイッチとポトフを作ろう！～オンライン親子クッキング～」にご参加いただき、ありがとうございます。
食材の発送のため、下記ご回答をお願いいたします。
【個人情報の取り扱いについて】
ご提供いただいた個人情報は、本企画に関わる利用目的のみに利用いたします。

メールアドレス*

回答を入力

お名前*

回答を入力

郵便番号

回答を入力

住所*

回答を入力

電話番号*

回答を入力

お受け取り可能な日時
※下記の中から一つだけお選びください。

| | 午前中 | 14時-16時 | 16時-18時 | 18時-20時 | 20時-21時 |
|----------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 2月8日(火) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2月9日(水) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2月10日(木) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

ニックネーム*
当日、お声がけする際に使用します。当日はニックネームでZoomの入室をお願いいたします。
回答を入力

※参考事例

企画制作上のポイント

- ◆ 応募フォームの活用：
グーグルフォームを活用し応募フォームを作成。入力した情報を応募者に返信できる設定として応募者が入力情報を確認できるようにした。
- ◆ 開催概要の情報提供：
当初の告知では伝えられない詳細情報を明記した。特に、参加資格やオンライン参加の際の注意点は重要。
- ◆ 応募フォーム入力情報：
当初取得する個人情報は必要最低限にとどめた。氏名、メールアドレス、電話番号、大人の参加人数、子供の参加人数と学年などを取得。

※参考事例

企画制作上のポイント

- ◆ 当選者通知：
事務局メールで当選通知を送付。メールの件名に【当選】を明記し、メールを開かなくてもわかるようにした。メール本文からテキストリンクで当選者情報の入力フォームに誘導。
- ◆ 当選者情報の入力フォーム：
食材を送付するため、当選者の住所情報を取得。イベント中にコミュニケーションをとるためのニックネームも入力いただいた。
- ◆ 食材の受取希望日時：
事前に食材の受取希望日時を聞き、時間帯指定便で発送。

運営マニュアル制作事例(オンライン食育イベント実証)

～野菜ごころポトフ～
(3～4人分・野菜 約 300g)

・カーボネロコ…3枚
・アレッタ…2株
・カーネーション(赤)…1本
・カーネーション(白)…1本
・スイスチヤード…3枚
・ウィンナー…1袋(量は好みで)
・和風スープの素…2人前×2
★胡椒…少々
★水…800ml

※調味料(★)は好みで
※下絵の付いている食材・調味料は事前に届きます。
※野菜はあらかじめ洗い、水気をふき取っておいてください。



カーボネロコ
スイスチヤード アレッタ カーネーション



<作り方>
①カーネーションを半端な長さに切る
②カーネーションと水を鍋に入れ中火～強火に炊ける(15分)
③カーボネロコ・アレッタ・スイスチヤードを金へやさい・大き目に切る
(手でちぎれるものはちぎってもOK)
④カーネーションが火が通ったら、カーボネロコ・アレッタ・スイスチヤード、ウィンナーを入れ弱火～中火で煮込む(5分)
⑤和風スープの素を入れ弱火～中火で煮込む(5分)
⑥鍋に盛り付け、お好みで胡椒をふる

～完成～

～萌え新サンドイッチ～
(3～4人分・野菜 約 300g)

・サラダ野菜…1株
・食水菜…2株
・カーネーション(黄色)…1本
・カーネーション(オレンジ)…1本
・ルッコラ…1株
・かぶ菜…1株
・寛パネ…4枚(8枚切りがおススメ)
・ツナ缶…2缶
★マヨネーズ…大さじ3
★胡椒…適量
★しょうゆ…小さじ1

※調味料(★)は好みで
※下絵の付いている食材・調味料は事前に届きます。
※野菜はあらかじめ洗い、水気をふき取っておいてください。



カーネーション 食水菜 サラダ野菜 ルッコラ かぶ菜



<作り方>
①サラダ野菜を2センチ幅にカットし、ボウルに移す
②①に汁気を切ったツナとマヨネーズ・胡椒・しょうゆを入れ、よ混ぜる
③カーネーションをピーラーで皮を剥き、それぞれ半分に切っておく
④食水菜を3等分に切り、半量に分けておく
⑤ルッコラを半分に切る、半量に分けておく
⑥かぶ菜を半分に切り、半量に分けておく
⑦ラップを大きめに切り、まな板の上に出掛け食パンを一枚のせ、マヨネーズ(分量外)を適量塗る
⑧②であえたツナを食パンに1/4量せる
⑨ツナの上にも食水菜→カーネーション(黄色)→ルッコラ→かぶ菜の順に半量ずつのせる
⑩最後にツナの1/4量のせ、マヨネーズ(分量外)を塗ったパンをかぶせる
⑪ラップでしっかりとつむむ
⑫「萌え新」になるように断面に注意してカットし、お皿に盛り付ける

～完成～

<参加者の方にご用意いただくもの>

- 胡椒…適量
- しょうゆ…小さじ1
- 食パン…4枚(8枚切りがおススメ)
- ツナ缶…2缶
- ウィンナー…1袋(量は好みで)
- 水…800ml

◎包丁
◎まな板
◎ピーラー(サンドイッチのニンジンスライス用)
◎ボウル×2(ツナをあえる用・野菜を取り分ける用)
◎お箸(混ぜる用)
◎おたま(スープをよそう用)
◎鍋(スープ用)
◎小さじスプーン(醤油の計量) ※なくてもOK
◎大さじスプーン(マヨネーズの計量) ※なくてもOK
◎ラップ(サンドイッチを包む)
◎盛り付け用のお皿(サンドイッチ・スープ用)
◎ペーパー(野菜の水気をふき取る用)
◎竹串(スープのニンジンの火の通りを確認する用) ※お箸でもOK

※参考事例

企画制作上のポイント

- ◆レシピの作成：
講師と参加者が同時進行で調理できる手順で時間内に完成できるレシピを作成。ポトフの調理中にサンドイッチを作る手順となるよう工夫した。
- ◆レシピの事前共有：
参加者の準備に役立ててもらうため、当選通知にレシピのPDFファイルを添付して配布。当日手元で見られるよう、印刷して配送物にも同梱した。

よくあるトラブルや制作上の留意点



よくあるトラブル

通信環境等の問題で、オンライン会議システムの画面がフリーズしてしまう 音声途切れてしまう、接続が切れてしまう!?

- 微弱なWi-Fi環境を使用している場合、画面がカクカクしたりオンライン会議システムへの接続が切れたりすることがあります。トラブルを未然に防止するために、事前に配信テストを行いましょう。
- 推奨するブラウザやネットワーク環境がある場合は、事前に参加者へ「推奨する環境」を伝えておきましょう。
- オンライン会議システムを更新していないと様々な機能に不具合が発生したり、最悪の場合はオンライン会議に参加することができなくなる場合もありますので注意が必要です。参加者側でオンライン会議システムをインストールされている場合には、最新版に更新してもらうようにしましょう。
- オンライン会議システムに接続する端末で不要なブラウザが開かれていると、オンライン会議システムの動作が重くなる場合があります。オンライン会議システムを開く前にいらぬブラウザを閉じましょう。
- 接続している機器のバッテリーが切れてしまい接続が切れてしまうことがあります。PCやタブレットなどの端末は常に電源に接続しましょう。



よくあるトラブル

参加登録方法がわからない、参加者がオンライン会議システムに慣れておらず 接続できない!?

- オンライン会議システムに慣れていない方を対象とした場合には、主催者側が事務局を設置し対応できるよう準備しておくのもデジタル食育への対応といえます。「参加登録の方法がわからない」「オンライン会議システムへの参加ができない」といったトラブルに備えて、事前講習や電話によるサポートなどを行いましょう。



よくあるトラブル

運営側のオンライン会議システムが落ちてしまう!?

- 共同ホストを設定して複数のホストでログインしていれば、万が一、ホスト側がダウンしてもイベント全体が落ちてしまう心配がなく安心です。オンラインイベントやセミナーなど大人数でオンライン会議システムを使用する際には、必ず共同ホストを設定するようにしましょう。

よくあるトラブルや制作上の留意点



よくあるトラブル

オンライン食育イベントでは参加者が離脱しやすい!?

- 大人数を対象とするセミナーや講演会などは参加しやすい一方で簡単に離脱しやすいのがオンラインイベントの特徴です。オンライン会議システムで一方向的に話している時間が長くなると、参加者は飽きてしまう傾向が強まります。
- 時間配分を考え「動画」や「スライド」を使ったり休憩を入れる等、メリハリのあるプログラムを設計しましょう。参加者を飽きさせない工夫として、投票機能を使う、参加型のコンテンツを盛り込むなども効果的です。



よくあるトラブル

参加者からの反応を感じにくく、登壇者の熱量が上がらない!?

- 「対面で行うイベント」では参加者の反応が直接伝わってきますが、「オンライン食育イベント」では参加者の反応がわかりづらく進行しづらいと感じやすいです。イベントスタート時には参加者全員のカメラをONにして顔出しをして一体感を高めたり、少人数での開催の場合には参加者により自己紹介してもらおうなど、参加者との交流を図り参加者とのコミュニケーションを図ることが大切です。
- オンライン食育イベントの課題として、参加者同士の「交流のしにくさ」があります。「オンライン食育イベント」で参加者同士のコミュニケーションを増やすには、ブレイクアウトセッション^(注)を設定するなど計画的にコミュニケーションできるよう設計する必要があります。



よくあるトラブル

司会者の役割が多く進行が滞ってしまう!?

- 「オンライン食育イベント」を運営する場合、司会者や登壇者が様々な役割を掛けもちするとシステムのコントロールで手一杯となり司会進行に集中できなくなってしまいます。各スタッフの役割を明確にして、不足のないようスタッフ配置を行うことが大切です。
- 進行台本をしっかりと作成し、「スライド」や「動画」の挿入や「効果音・BGM」はどのタイミングで入れるのか、「スポットライト」の操作はだれが行うのか事前に決めておき、事前にリハーサルを行うことが必須となります。
- 配信当日は外部から雑音が入らないように注意しましょう。また、マイクがハウリングすると進行できなくなりますので同じ空間で複数の機器のマイクをONにしないよう注意しましょう。

(注) 少人数に分かれてグループミーティングを行えるオンライン会議システムの機能

オンライン牧場体験教室

メリット①
「新たな日常」
の中で食育
を推進

メリット⑤
楽しみながら
食育を
推進できる

活動主体：牧場ログハウス ちちぶ路 吉田牧場(埼玉県)

■ 実施背景

体験教室を始めたきっかけは、小学校の教諭から学校給食で牛乳を残す子供が増えていると聞いたこと。「給食で牛乳を残されるのは忍びない。牛がどうやって乳を出しているのか、実際に牛と触れ合って子供たちに知ってもらえれば大事に飲んでもらえるかもしれない」と思い、20年ほど前に体験教室を始めた。

最近ではコロナ禍の影響もあり「新たな日常」の中、スマホ1台で牧場と東京の小学校とをつないだオンライン牧場体験教室を推進している。

■ 実施概要

新型コロナウイルス感染症の問題と牛の伝染病の危険性もあり、スマホ1台で小学校とつないだ食育を行っている。牧場と学校をつないで牧場の全景を見てもらいながら、前日に生まれた牛を見てもらったり、画面越しに子牛に乳をあげているところを見せたりする活動を行っている。

オンラインでも教室で体験できる内容として、実際に子供たちの手で触れたり牧場の匂いを嗅いだりしてもらえるよう牛のえさを事前に学校に宅配で送っておき、牛がどんなものを食べているかを感じてもらい楽しみながら参加できるような工夫もしている。

体験教室ではお産があつて、母牛がいて、子牛のために牛乳を出してくれる。それをいただいて飲んでいることが、最後に分かるような流れを心掛けている。

給食で飲む牛乳は冷たいけれど、母乳の搾りたては温かい。母牛は、本当は子牛に母乳をあげたいのかも。でも、みんなも飲みたいよね。だから『ありがとう。いただきます』と言って飲んでねと、食と命の大切さを子供たちに伝えている。



● 写真提供：秩父経済新聞

デジタル食育の

オンライン
食育イベント

食育動画

食育活動
アプリを活用した

食育活動
アプリを活用した

デジタル食育の
P.D.C.Aサイクル