

# つかえる

JAグループの食農教育を  
すすめる子ども雑誌



## 子どもたちに伝えたい!

### 2026年8月号

# おすすめ記事

VOL.159

# ちゃぐりん

## 自由研究にも使える! ごはんとお米の実験

掲載ページ:P10-17



ごはんとお米を使った3つの実験を通して、ごはんのおいしさの理由や、化学反応のしくみなどが楽しく学べます。お米の炊き方を変えたり、ごはんのかたさや甘みの違いなどを、味見をして比べてみましょう。予想や結果を直接『ちゃぐりん』に書き込んでまとめれば、自由研究としても活用できます。

## 夏に食べたい! さらさら冷や汁

掲載ページ:P22-25



今月号の「食&農特集」は、さらさら冷や汁。「冷や汁」は宮崎県に伝わる郷土料理で、今回はサバのみそ煮缶を使って手軽にできるレシピを紹介しします。火を使わずに作れて、さらさらと食べられて栄養もたっぷりなので、暑い夏におすすめ。夏野菜や地域の特産品など、食材を組み合わせしてみましょう。

## ホットケーキミックスで作る! 季節のおやつ

掲載ページ:P54-55



今月は「コーンのマヨパン」。ホットケーキミックスと豆腐で手軽に作れます。コーンとマヨネーズ、チーズの相性がばつぐんなので、ちゃぐりんフェスタや夏休みの親子料理教室などにもおすすめのメニューです。

## アイテムを探しながら農の迷宮から脱出せよ! わくわく食農めいろ

別冊付録



田植えや稲刈り、畑や果樹園、牧場を舞台にしたオリジナルのめいろと、農作業の道具や生きものなどを探す「探し絵」で遊びながら、ゴールを目指します。知るだけで楽しくなる豆知識や解説ページで食べ物や農業への関心を深められます。

### ★ 配信中のコンテンツ ★

#### 「ちゃぐりん」食農クイズ

毎月の『ちゃぐりん』の中から、食や農にまつわるクイズを10問出題しています。



#### 食農教育紙芝居

紙芝居コンクール入選作品の紹介や、小島よしおさん演じる紙芝居の動画が見られます。



9月号予告

こってりおいしいしょうが焼き・・・「根ショウガ」をたっぷり使ったおいしいしょうが焼きを作ります。

JAグループ (一社) 家の光協会



# プログラム活用例



## あぐりスクール

- \* スクールで育てたお米と、別の品種のお米を食べ比べ！  
(P10-17 活用)
- \* 農作業のあとのお昼に→「冷や汁」で塩分をチャージ！  
(P22-25 活用)
- \* 育てたトウモロコシで→「コーンのマヨパン」を作ってみよう！  
(P54-55 活用)
- \* リアルめいろ遊び→スクールの畑や田んぼでお宝さがし！  
(別冊付録 活用)
- ◆ オリエンテーリング・スタンプラリーとの組み合わせも GOOD！



## ちやぐりんフェスタ 親子ちやぐりんフェスタ

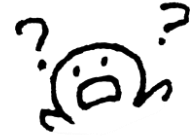
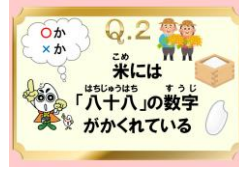
- \* ブーメラン飛ばし大会  
(P57-59 活用)
- 「おやさいブーメラン」どこまで飛ばせるかな？
- \* かくれている夏野菜を探せ！  
(P61-63 活用)
- 会場の建物内にかくれている紙工作「夏野菜」を見つけよう！



## 親子料理教室

- \* 旬の食材を使ったメニューを作ったり、ごはんとお米の実験に挑戦  
してみよう！  
(P10-17 活用・P50-53 活用)
- \* ホットケーキミックスと豆腐で「コーンパン」を作ってみよう！  
(P54-55 活用)

# ちゃぐりん食農クイズ



『ちゃぐりん』を読んで

答えを探そう！

めざせ食農クイズチャンピオン！

# 食農教育紙芝居



★料理や工作が出来上がるまでの待ち時間に。

★収穫した農産物の知識を深める教材として。

★しかけ型、参加型の紙芝居もあります。

舞台・拍子木  
貸出できます



Q1

にじ色に見える  
雲がある



Q2

イネの花が  
咲いている時間は  
24時間くらい  
である



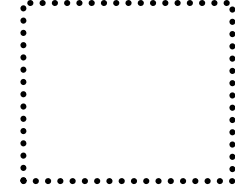
Q3

ごはんは  
よくかんで食べ  
ると甘くなる



Q4

「いちご煮」と  
いう郷土料理は  
イチゴを使う



Q5

ナスは太陽の  
光が当たると  
むらさき色に  
なる



# ちゃぐりん

しよくのう

## 食農クイズ

食べ物と農業について

クイズで学ぼう!

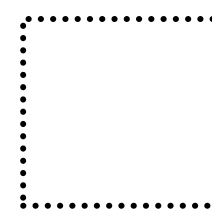
○か×を書いてね



名前

Q6

ずんだもちは  
エダマメが  
使われている



Q7

お茶わん1ぱいの  
ごはんは「1ちゃ」  
と数える



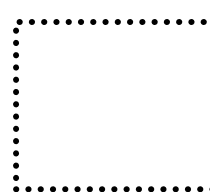
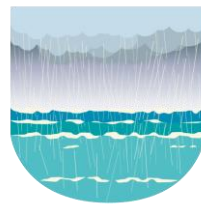
Q8

日本には  
世界農業遺産が  
ある



Q9

大昔の海は  
甘かった



Q10

青パパイアは  
黄色である

