SCHOOL WORKSHOP / 出張型・手打ちうどん体験

夢中、協創

職人の技を見て、仲間とつくって、みんなで食べる。



粉と水から、一杯のうどんが生まれるまで。

手打ちうどん職人の実演と、グループでの体験を組み合わせた学校向けワークショップです。水回し・踏み・延し・切りの工程を、職人のデモンストレーションの直後に自分たちで実践。仲間と試行錯誤しながら麺をつくり、最後は自分たちの手でつくったうどんを味わいます。

対象	小学校・中学校・高校・サポート校	人数	10〜300名
所要時間	基本2.5時間	実施場所	教室・ホール・食堂・体育館など

講師：手打ちうどん職人 小野ウどん

01 / PROGRAM

見て、やって、できあがる。

職人が一工程ずつ実演し、その直後に参加者が同じ工程に挑戦する「デモ＆トライスタイル」です。



工程	体験内容	何をする？
水回し	粉と水を混ぜる	小麦粉に水を加え、手で混ぜる。粉がまとまりに変わる感覚を知る。
踏み	全身で生地づくり	生地を踏み、うどん特有の生地づくりを体感する。
延し	麺棒で延す	生地を均一な厚さ・形に整える。
切り	包丁で麺にする	職人の見本を確認してから、グループで切り分ける。
実食	自分たちの麺を味わう	つくる工程と食べることをつなげる。

5〜6名を基本としたグループで工程ごとに役割を分担。全員が手を動かしながら、一つの麺づくりに取り組みます。

02 / LEARNING

うどんづくりを通して、何を学ぶのか。

うどんづくりは、食べ物をつくる体験であると同時に、他者と協力しながら一つの成果をつくる体験です。

社会では、自分一人の力だけで完結する場面は多くありません。自分以外の誰かを意識し、相手を思い、客観的に状況を見ながら協力してものづくりをする。その経験が、生徒一人ひとりの中に確かな力の種を植えます。

学びの視点	体験を通して期待できること
協創・協働	役割分担や声かけを通じて、仲間と一つの成果物を完成させる。
食育・食文化	小麦粉から麺になる工程を体感し、普段食べているものへの関心を深める。
主体性・試行錯誤	手や足を使って試し、うまくいかない理由を考え、工夫する。
交流・相互理解	普段とは異なる役割や協力の仕方を知り、仲間との新たな接点をつくる。

導入時には、人生や自分自身について考えるきっかけとなるメッセージを伝えます。単なる調理イベントにとどまらず、体験の意味を考えながら取り組める構成です。

孤食やファストフードが身近な時代だからこそ、粉と水から自分たちの手でつくる、プリミティブでアナログな体験を通じて、食べること・つくること・誰かと協力することを改めて感じる機会をつくります。



03 / VOICES

参加した生徒の声

都内通信制高校で実施した体験後アンケートでは、次のような感想が寄せられています。

「うどん作りに夢中になれた。」

「グループワークを通じて友達ができた。」

「役割分担や協力し合うことの大切さを学んだ。」

「普段食べているものへの新たな視点や興味を持てた。」

実施事例

実施先・対象	参加規模・内容
都内 通信制高校	約130名規模で実施。複数年にわたり継続して開催。
都内 日本語学校	約15名で実施。グループでのうどんづくり体験。
地域の子ども向けイベント	約10〜15名で実施。参加者の年齢や会場に応じて進行。



※参加者の声は、都内通信制高校で実施した際のアンケート内容をもとに掲載しています。

04 / IMPLEMENTATION

実施概要・当日の流れ

基本の所要時間は2.5時間です。参加人数、会場設備、学校側の時間割に応じて事前打ち合わせのうえ調整します。

項目	内容
対象	小学校・中学校・高校・サポート校
参加人数	10〜300名
所要時間	基本2.5時間（150分）
グループ	1班5〜6名を基本に編成
実施場所	教室・ホール・食堂・家庭科室・体育館など。水場・茹で設備の条件確認が必要です。
進行方式	職人の実演→参加者の実践を工程ごとに繰り返すデモ＆トライ方式

タイムスケジュール例（150分）

時間	内容	実施内容
0〜15分	導入・説明	講師紹介、体験の目的、工程・安全上の注意を共有。
15〜45分	水回し・踏み	職人の実演後、グループごとに生地づくり。
45〜85分	延し	麺棒を使って生地を延し、厚さや形を整える。
85〜110分	切り	包丁の扱い方を確認し、講師の指示のもとで切り分ける。
110〜140分	茹で・実食	茹で上げは講師側で行い、完成したうどんを味わう。
140〜150分	振り返り	体験を通して気づいたことを共有。

※上記は進行イメージです。参加人数や会場条件により、工程の時間配分・実施順序を調整します。

05 / PRICE

料金・費用シミュレーション

以下の基本料金に、消費税・交通費・必要に応じて補助スタッフ費・駐車場代が加算されます。

参加人数	1名あたり	基本料金合計（税別）
10名	\4,000	\40,000
20名	\4,000	\80,000
30名	\4,000	\120,000
40名	\3,500	\140,000
50名	\3,500	\175,000
100名	\3,000	\300,000
200名	\3,000	\600,000
300名	\3,000	\900,000

補助スタッフ費

参加人数	補助スタッフ	費用（税別）
40名以下	なし	0円
41〜60名	1名	10,000円
61〜80名	2名	20,000円
以降	参加者20名増ごとに1名追加	1名につき10,000円

出張費

出張地域	出張費（税別）
東京都	5,000円
千葉県・埼玉県・神奈川県	10,000円
群馬県・栃木県・茨城県	20,000円
その他地域・海外	別途ご相談

料金に含まれるもの：講師費・食材費 含まれないもの：消費税・交通費・駐車場代・補助スタッフ費

見積書・請求書・領収書は発行可能です。学校指定の様式がある場合は事前にご相談ください。

06 / VENUE & PREPARATION

会場条件・学校側にご用意いただくもの

開催前に会場の机・水場・茹で設備を確認します。設備の状況によっては、持参機材で対応できる場合があります。

項目	必要条件・目安
机	会議テーブル（180cm×60cm）。1班5〜6名につき2台。
水場	茹で上げに使用できるシンクが最低1つ必要です。
加熱設備	備え付けガスコンロまたはカセットコンロが2班につき1台。カセットコンロは追加料金なしで持参可能です（要事前相談）。

学校側でご用意いただくもの

単位	準備物
班ごと	うどん踏み用のゴミ袋
班ごと	まな板（100円ショップ等のプラスチック製で可）
参加者ごと	食べる際の深型紙皿・箸
必要に応じて	使い捨て手袋、台拭き、トッピング等

講師が持参するもの

麺切り包丁・麺棒・うどん専用粉・打ち粉などの専門道具、出汁醤油・特製天かす等の提供用資材は、講師側で持参します。

先生方には、片付けや配膳などの補助として2〜3名程度のお手伝いをお願いします。

07 / SAFETY & HYGIENE

安全・衛生管理について

生徒が安心して体験に参加できるよう、刃物・加熱工程の取り扱いと、アレルギー確認を事前に行います。

小麦アレルギーについて

本プログラムでは小麦を使用します。小麦アレルギーへの個別対応はできません。参加前に、学校側で参加者のアレルギー情報をご確認ください。

項目	対応・お願い
包丁の使用	包丁は各グループに1本用意します。講師から使用許可と説明があるまで触れないよう、事前に生徒へ周知してください。
茹で・加熱	茹で上げは講師側で行います。生徒が熱湯や鍋を扱う工程は設けません。
衛生管理	粉に水を加えて手で混ぜる工程があります。衛生面が気になる生徒用に、必要に応じてビニール手袋をご用意ください。
学校側の協力	先生方に2〜3名程度、片付け・配膳などの補助をお願いします。

事前に学校側でご確認いただきたいこと

- 小麦アレルギーの有無と、参加可否の確認
- 包丁を使用する体験への参加について、学校内での安全確認
- 会場設備、動線、水場、加熱設備の確認
- 必要に応じた手袋、台拭き等の準備

※安全管理上、当日の会場状況や参加者の様子に応じて、講師が工程・進行方法を調整する場合があります。



08 / ADMINISTRATION

お申し込み・契約・お支払い

実施日程の調整から当日まで、学校側の手続きに合わせて必要書類を準備します。

項目	条件・内容
人数確定	開催3日前までに参加人数を確定してください。
日程変更	不測の事情による日程変更は、開催3日前までを目安にご相談ください。
キャンセル	15日前まで：無料 14〜8日前：見積金額の30% 7〜3日前：見積金額の50% 2日前以降：見積金額の100%
休校・災害	休校や災害などの場合は、個別にご相談のうえ対応します。
お支払い	末締め翌月末払い
書類発行	見積書・請求書・領収書の発行が可能です。学校指定の様式がある場合は事前にご相談ください。

写真撮影・掲載について

学校行事の記録写真・広報写真の撮影や掲載は、学校側の許可および必要な同意を得たうえで行います。当方が記録・SNS掲載等を目的として撮影を希望する場合も、事前に学校側へ確認し、生徒の肖像権・プライバシーに配慮します。撮影・掲載が難しい場合は、その旨を事前にお知らせください。

開催までの流れ

STEP	内容	ご確認いただくこと
01 お問い合わせ	希望日・人数・会場・目的を連絡	開催希望日、参加人数、開催地域
02 内容確認・見積り	会場設備を確認し、費用を提示	会場写真・設備・予算
03 事前打ち合わせ	当日の進行・役割・安全面を確認	準備物、書類、アレルギー確認
04 開催	デモ＆トライ形式で体験を実施	当日の会場準備・先生方の補助

LET ’ S MAKE UDON TOGETHER

一緒につくるから、
生まれる学びがある。



粉と水から、仲間と一緒に一杯のうどんをつくる。普段の授業とは異なる体験の中で、夢中になる時間と、協力して完成させる達成感を届けます。



講師プロフィール

小野ウどん｜手打ちうどん職人・うどんアーティスト

手打ちうどんの技術と文化を伝える活動を展開。学校・企業・地域イベントなどで、うどんづくりの実演や体験ワークショップを実施しています。

お問い合わせ・ご相談

出張うどん体験
Web：hakumenshi.com/experience
電話：090-1177-6489

開催希望日・参加人数・会場・ご予算など、決まっている範囲でお知らせください。

※料金・実施条件は、会場・人数・開催地域等を確認のうえ正式なお見積りで確定します。