



# 食育ソムリエ養成講座のご案内

J C 総研 基礎研究部 研究員 <sup>みやざわ なつこ</sup> 宮澤 奈津子

私たちの毎日の「食」は、住んでいる地域や育った環境、すでに経験してきたさまざまなことが積み重なり作られてきたものです。食生活というものは私的でプライベートなものなので、表面上では分からない家庭ごと、個人ごとの違いが、思っている以上にあります。こうした違いが食の格差、健康格差という社会的な問題になっています。

食育基本法で定める食育とは、「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」とこととされています。当総研で実施する「食育ソムリエ養成講座」は、年代、地域、所得や生活スタイル、調理スキルや食に対する意識レベルなど、さまざまな立場の人に合わせた食育を実施し、消費者のより良い食生活を促すことを目指した講座です。

6月に開講する食育ソムリエ養成講座(第25期)では、幅広い知識とその効果的な伝え方を学びます。地域の人たちにとって、自分の食生活について親身になって考えてくれるお店が身近にあるということはとても頼もしいことです。

「生産者コース」も第4期が開講となります。地域の風土に根差した「食」を生み出している生産者が実践する食育は、食材の物語が伝わり、地域住民の郷土愛を醸成します。発信力、提案力のある生産者は、地域の人たちの豊かな食生活の拠点としての店づくりの、大きな力となってくれるはずです。

店舗での食育活動や、イベントの企画に役立つ「食育活動支援プログラム」も、ぜひご活用ください。

## 【食育ソムリエ養成講座 第25期(ファーマーズマーケット従業員コース)】

ファーマーズマーケットや農産物直売所をとおして、消費者に健康的で豊かな食生活の提案と、農業・農村・食材の魅力を伝えることができる人材の育成を目的としています。食と農を基軸とした食育活動を進めることで地場食材の付加価値づくりや消費者と生産者の信頼関係づくりが期待できます。

### 1. 実施スケジュール

- (1) 開講日：2017年6月6日(火)  
以後、月1回(全4回)テキストと課題を送付
- (2) 資格認定式：2017年11月21日(火)

### 2. 受講対象者

農産物直売所(ファーマーズマーケット)に関わる従業員ならびにJA職員など

### 3. 講座の内容

- (1) 野菜・果物の基礎知識と生産・流通
- (2) 野菜・果物の選び方と調理・保存
- (3) 野菜・果物の栄養成分と健康・食育
- (4) お客さまとのコミュニケーションと危機管理

### 4. 講座の形式

通信教育講座

### 5. 受講料

7万円/人(団体割引あり)

### 6. 申し込み方法ならびに締め切り

- (1) FAXまたはWebで受け付けています
- (2) 申し込み締め切り日：2017年5月12日(金)

## 【食育活動支援プログラムについて】

「認定されたけど、店舗でどう生かしたらいいのかわからない」という食育ソムリエの声にお応えするプログラムです。食育ソムリエとしての実践の「はじめの一歩」を後押しします。どうぞご活用ください。

### ■概要

このプログラムは、食育ソムリエが店舗で楽しくスムーズに食育活動ができるようにサポートするものです。食育ソムリエが最初に戸惑うのは、習得した「食と農をつなぐ」知識を、店舗でどう落とし込むかということです。こうした悩みに対して、具体的な活動内容をパッケージにして提供します。

### ■プログラムの考え方

まずは、小さなことからスタートです。プログラム期間中に、小さなことをコツコツと積み重ね、成功体験を経験してもらいます。食育活動の実績を蓄えることで食育のアイデアが生まれ、活動の幅が広がります。食育ソムリエとして何をやっていこうかという芽が元気に育ちます。

### ■内容

- ・つぶやきシール 2枚
- ・ソムリエオリジナル手ぬぐい 1枚
- ・食育ソムリエオリジナルレシピ 6種類
- ・卓上スタンド(レシピ配布用)
- ・ソムリエのネタ満載!「ソムリエNOW(情報誌)」  
(2017年7月～12月全6回)

### ■期間：6カ月

### ■金額：1万円(税別)

### ■申し込み方法：

詳細は、基礎研究部 食農チーム  
電話：03-6280-7274(担当：宮澤・加藤)まで、お問い合わせください

## 【食育ソムリエ養成講座 生産者コース 第4期】

生産者を対象にした「食育ソムリエ養成講座 生産者コース」では、「地場食材の魅力を伝える」「消費者との関係をつくる」「売れる農産物をつくる」の3つを軸として強い農業をつくるスキルを学びます。生産者と従業員が連携して食育に取り組むことで高い効果を発

揮し、地域の農業がより元気に、魅力あるものになることが期待できます。

### 1. 実施スケジュール

- (1) 開講日：2017年6月6日(火)  
以後、月1回(全4回)テキストと課題を送付
- (2) 資格認定式：2017年11月20日(月)

### 2. 受講対象者

農産物直売所に出荷している生産者

### 3. 講座の内容

- (1) 野菜・果物の基礎知識と生産・流通
- (2) 野菜・果物の選び方と調理・保存
- (3) 野菜・果物の栄養成分と情報発信
- (4) お客さまとのコミュニケーションと危機管理

### ★レベルアップ支援

消費者・飲食店ニーズ調査……任意(1回のみ)

加工品の消費者モニターやプロによる試食会、野菜・果物の協力飲食店によるお試し会を開催します。素材だけでなく付加価値を付けた加工品で販売したい、詰め合わせボックスとして遠方の人に宅配したい、野菜・果物や米、肉などの食材を飲食店に直接販売したい、など、今後事業展開を考える方向への、消費者や飲食店の生の声を収集することができる企画です。味や使い勝手などの感想や考案したメニューをレポートにまとめてお返しします。

### 4. 講座の形式

通信教育講座

### 5. 受講料

7万円/人

### 6. 申し込み方法ならびに締め切り

- (1) FAXまたはWebで受け付けています
- (2) 申し込み締め切り日：2017年5月12日(金)

食育ソムリエに関する情報はホームページからもご覧いただけます。

詳しい内容や申込書の請求など、食育ソムリエに関するすべてのお問い合わせは、

基礎研究部 食農チーム 電話：03-6280-7274  
(担当：宮澤・加藤)まで