



食育講座「Foods How?」 チャレンジ! フードインストラクター認定講座 (野菜編/穀類編/畜産編/魚編/くだもの編) 〈選択制〉

「食」の達人になる!

※申込み時にいずれかの科目をお選びください。

No.	選 択 名	受講期間	受講料
①	野菜編 J01	6か月	18,360円
②	穀類編 J02	6か月	18,360円
③	畜産編 J03	6か月	18,360円
④	魚編 J04	6か月	18,360円
⑤	くだもの編 J12	6か月	18,360円

こんなコースです

- ★食育に関するさまざまなこと。品種や育成環境などの「育ち」。鮮度、熟成の「見分け」。無駄のない「食べ方」「保存」など。豊かな食文化の基礎と楽しみをわかりやすく体系的に、そして体験的に、身につけていく講座です。
- ★本講座の特長は、実践的なレポート内容にあります。「食」を仕事としている方も、家族の食卓をもっと豊かにしたい方も、「食」をめぐるさまざまな課題を楽しみながら考えてみませんか。

ねらいと特色

- 講座修了者には、特定非営利活動法人「みんなの食育」から『フードインストラクター』の認定証を発行します。

主な項目

野菜編	野菜の世界の基本 栄養/機能の基本 育て方の基本 食べるときの基本 他
穀類編	穀類は天然のサプリメント 「知る」「食べる」「親しむ」「聞く」「考える」
畜産編	お肉を食べると元気になるね 畜産にまつわるはなし 他
魚編	おさかな料理は体にやさしい 私たちと海の恵み おさかなをもっとよく知ろう 他
くだもの編	くだものを食べると豊かになるね くだものってどんなものがあるの くだものは体を元気にする 他

- ◆教材構成：テキスト各1冊
+副読本「たべるとたいせつだね」各1冊
- ◆レポート回数：各4回

一般社団法人 日本経営協会
/ JTEX・日本技能教育開発センター