

雑穀エキスパート講座 京都開催のご案内



雑穀とは、お米に代表されるイネ科穀類のうち、キビやアワなど小さな実をつける作物の総称ですが、一般には、主食以外の穀物、ソバやアマランサス、マメ類なども雑穀として取り扱われています。

最近では、ブレンドされてそのままお米に入れて炊くだけで簡単に“雑穀ごはん”ができる商品をはじめ、お店などで雑穀や雑穀商品を見かける機会も多くなっています。その背景には、食味・栄養・安全性を兼ね備えた「本物の食」が求められる時代の中で、それらの要素を兼ね備えた新しい食材としての雑穀のニーズが高まってきていることがあげられます。

とはいえ、雑穀ってどんな種類があるの？種類によって栄養価は違うの？どうやって調理したらいいの？という疑問も多く、もっと雑穀のことを学んだうえで、おいしく、効果的に活用したい、メニュー開発や栄養士としての仕事に活かしたいなどのニーズを受けて、「雑穀」に関する教育資格制度が発足しました。

おいしく、高い栄養価かつ豊かな味わいをもつ雑穀のことを学んで仕事に活かし、また皆さんの食卓に取り入れてみてはいかがでしょうか。

第1日目：2月21日（土）13：00～18：00

第2日目：2月22日（日）09：30～16：00

※本講座は2日間コースです。

会場 京都調理師専門学校（京都市中京区四条通千本角）

受講料 57,750円（教材費・受講料・認定料、消費税を含む）

受験資格 雑穀に関心のある方なら、年齢に関係なくどなたでも受講いただけます。

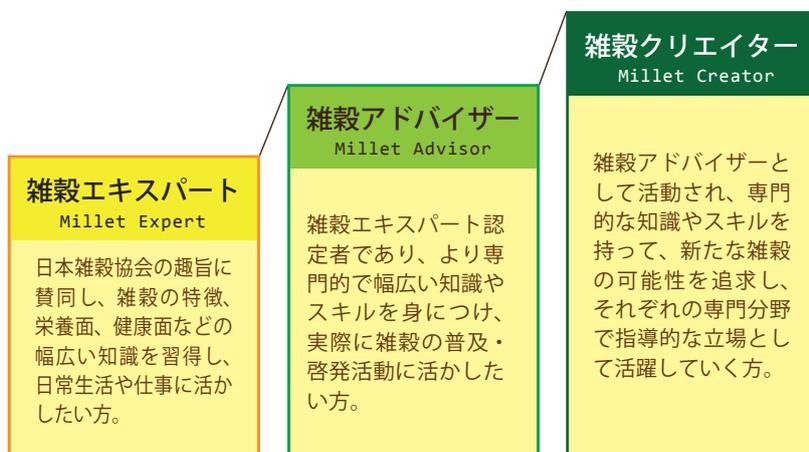
カリキュラム

- ・主要な雑穀の特徴と栽培方法 ・雑穀の加工と利用
- ・雑穀の文化 ・雑穀の栄養 ・雑穀の機能性
- ・雑穀と健康 ・雑穀と美容
- ・雑穀の調理（デモンストレーションと試食）



認定資格の種類と内容

日本雑穀協会が認定する資格制度は、「雑穀エキスパート」「雑穀アドバイザー」「雑穀クリエイター」の3ステップからなっています。まず雑穀に関する基礎知識から生産方法、調理方法、栄養学、機能性など一定基準の雑穀に関する知識をもつゼネラリストを育成するための「雑穀エキスパート」、次に、雑穀の保健機能や遺伝資源としての重要性、栄養学をはじめ、実習を含めた調理技術など、深い知識やスキルを習得したスペシャリストを育成するための「雑穀アドバイザー」、雑穀のすばらしさを十分に理解した上で、栄養や調理、生産など各専門分野に精通したプロフェッショナルを育成するための「雑穀クリエイター」を準備しています。



※雑穀クリエイターは2010年開講予定

※資格認定者数：雑穀エキスパート 1,730名、雑穀アドバイザー 55名（2008年12月1日現在）