

## 2026年度日系社会研修 コース概要

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| No                       | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 所管センター                   | 札幌                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 分野                       | 日本文化                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 研修コース名                   | 日本の食文化の特性と栄養・健康への効果                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 受入人数                     | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 受入時期                     | 上半期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 来日日                      | 2026年7月15日（水）                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 帰国日                      | 2026年10月10日（土）                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 提案団体                     | 株式会社インターリージョン(酪農学園認定ベンチャー)                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 提案団体ウェブサイトアドレス           | <a href="https://inr.jp">https://inr.jp</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 研修員必要資格                  | 日本の食に対する関心があり、帰国後日系社会へ食を通じた貢献を行う意志を持っていること。食に関する資格の取得者であるか否かは問わない。                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 研修員に必要な実務経験年数            | 実務経験1年以上                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 研修使用言語                   | 日本語                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 日本語能力<br>(JLPT目安)        | N4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 英語能力                     | 不問                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 研修目標                     | 日本の食の特性、歴史を文化的な背景から学ぶとともに、食材の選択、食材の扱い方、料理方法、喫食による健康への効果を習得する。料理のレパートリーも増える。それらの知見を生かして、日系社会の高齢者をはじめ各世代の食を支え、日系社会に貢献する。                                                                                                                                                                                                     |
| 期待される成果<br>(習得する技術)      | 様々な食材、衛生管理、ダシの取り方、料理法などの食の知識を深めることは日本の食文化を知る事に繋がる。食と栄養に関する専門的な知識を深め、血糖値を上げない料理方法、食べ方など、健康に役立つ知識を系統的に学ぶことで、帰国後の地域での料理講習会や栄養指導がより充実する。日系高齢者に向けて、つくりやすく懐かしい日本の味の料理を提供することで、健康・長寿へ貢献出来る。                                                                                                                                       |
| 研修計画（内容）                 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 日本の食の歴史、味付け、人の視覚、嗅覚、味覚について科学的な見地からの最新知見を学ぶ。</li> <li>2. 大学での食に関わる専門授業、実習、演習に参加する。</li> <li>3. 日本食、発酵食品に関する専門演習、研修を行う。</li> <li>4. 食の研修を実施する（関西方面）。</li> <li>5. 各種の料理講習を通し、大学内外で国際交流を行う。</li> </ol>                                                                               |
| 本研修実施の意義<br>現地日系社会への裨益効果 | 今日、世界的に日本の食へ関心は高いが、健康を支えてきた食の在り方、変遷、歴史への理解は十分ではない。日本食を支える植物性食材への知識、栄養機能、ダシの摂り方など科学的な見地から紹介出来る人はまだ少ない。本研修では伝統的な日本料理、家庭料理について、帰国後、その喫食効果とともに、健康に役立つ視点から作りやすい家庭料理、特に世代別に合った料理を日系社会に広める。そのための料理講習会を立案、運営するスキルを習得する。そして現地にある食材でつくることが出来る料理のテキストをつくり(研修中に作成)、日本の食について、栄養とその文化的な背景を含めて伝え、出身地の地域活動を活性化させ、地域の各世代の食を栄養面から支えて行く役割を担う。 |
| 応募希望者への特記事項              | 研修の詳細は石井までメールで問い合わせてください。                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |