

ごはんマイスター★講座のご案内

さあ、お米・ご飯のツウになりましょう！



お米のプロである **お米マイスター認定制度** を主催する日米連が、お米ユーザーの皆様の強いご要望を受けて、今年度より新しく **“ごはんマイスター★講座”** を始めました。

これまで、「田んぼ・お米・ご飯」について、“もっと勉強したいけど、学習の場が無いと尻込みされた”“ただ何となく先輩のいう通りを続けていた”“お米や炊飯を理論的に考えたい”お米ユーザーの皆様。是非、この機会に受講してみてください。

開催場所 さいたま市、東京都、名古屋市、大阪市、岡山市、福岡市

開催日 中面の開催概要をご覧ください

募集対象者 中食・外食事業者、ホテル旅館等宿泊施設関係者、病院施設等給食関係者、学校教育関係者、炊飯加工事業者、食品製造事業者、米穀販売事業者、米生産・集荷事業者、料理教室関係者・料理研究家、栄養士などお米・ご飯に携わる方を対象としています。

受講料 6,000円（税別）

申込方法

- 裏面の参加申込書に必要事項をご記入の上、日米連宛てにFAXしてください。又は、右のQRコードからWebでお申し込みください。
- 申込の締め切りは、令和5年12月15日（金）です。
- 募集数は各会場100名です。先着順で定員となり次第、締め切らせていただきます。
- 本会で申込を受理しましたら、関係書類及び受講料請求書をご送付させていただきます。



ごはんマイスター★講座は、令和6年度からは全国20会場で開催する計画です。今回参加できなくても今後も機会は多々ございます。



一般財団法人 日本米穀商連合会 (略称 日米連 にちべいれん)
〒101-0032 東京都千代田区岩本町3-4-5 第一東ビルM2階
TEL 03-5846-9941 FAX 03-5846-9942

<https://www.jrra.or.jp/>

★ ごはんマイスター★講習会の開催概要 ★

👤 講座内容の紹介 👤

レッスン1 お米づくりの基礎知識

- ① 米作りの年間作業工程
- ② 良食味米の条件（気候・土壌等）
- ③ 様々な栽培方法（肥料・農薬等）
- ④ 水田の管理と多面的役割

レッスン2 お米の成分と品種

- ① お米の品種特性
- ② お米の品位、等級等
- ③ お米の成分と食味
- ④ お米の加工（乾燥、選別、精米）の要点

レッスン3 お米と炊飯の科学

- ① 炊飯の基本工程とポイント
- ② 炊飯機器の機能
- ③ 炊飯の問題解決 Q&A

レッスン4 お米の取扱いと調理

- ① 品質を守る精米保管・保存
- ② 料理に合った炊飯ポイント等
- ③ お米の加工品（米粉、加工米穀、日本酒）

レッスン5 お米の歴史と文化

- ① 稲作の起源と現代までの位置づけと役割
- ② ご飯料理の歴史
- ③ 稲作から生まれた文化など

レッスン6 お米とご飯食の栄養

- ① ご飯の栄養成分
- ② ご飯食の体への働きなど

講座の担当講師

上記カリキュラムにおいては、お米マイスター制度の最上位である五ツ星お米マイスターの中から、講師研修を受講した五ツ星お米マイスター Prof. が講師を担当します。

ご当地の事情に明るく、お米の実務面を理解した講師陣です。





開催スケジュール (予定)



時間	講座内容
11:00	開講挨拶
11:00 ~ 12:20 (80分)	レッスン1) お米づくりの基礎知識 レッスン2) お米の成分と品種
12:20 ~ 13:00	昼食休憩
13:00 ~ 14:20 (80分)	レッスン3) お米と炊飯の科学 レッスン4) お米の取扱いと調理
14:20 ~ 14:30	休憩
14:30 ~ 15:30 (60分)	レッスン5) お米の歴史と文化 レッスン6) お米とご飯食の栄養
15:30 ~ 16:00	理解度判定と受講証書等授与



開催日及び開催場所



地区	開催日	会場名
1 大阪会場	令和6年1月25日(木)	御堂会館「Aホール」 大阪府中央区久太郎町4-1-11
2 東京会場	令和6年1月30日(火)	プラザエフ「カトレア」 千代田区六番町15
3 福岡会場	令和6年2月7日(水)	パピオン24「第12会議室」 福岡市博多区千代1-17-1
4 名古屋会場	令和6年2月14日(水)	栄ガスビル「ガスホール」 名古屋市中区栄3-15-33
5 さいたま会場	令和6年2月21日(水)	大宮ソニックシティ「市民ホール403号室」 さいたま市大宮区桜木町1-7-5
6 岡山会場	令和6年2月21日(水)	セントラルフォレスト「ローズマリー」 岡山市北区本町6-30

※開催日順に記載



本講座の受講者への特典



- ① 本講座を受講された方には、「ごはんマイスター★受講修了証」と店頭などで掲示できるステッカー等を贈呈致します。
- ② 受講修了者は、本会に登録し、「お米・ごはん」に関する情報提供（メール等）を致します。
- ③ 本会で運営する「ごはんマイスター★サイト」でPRさせていただきます。

令和5年度ごはんマイスター★講座参加申込書

● 申込者情報

参加者氏名			
店名			
メールアドレス	@		
住所	(〒 -)		
社名・店名			
電話	(-)	FAX 番号	(-)

● 申込者の職域

該当に☑を入れてください。

- 中食・外食事業者 ホテル旅館等宿泊施設関係者 病院施設等給食関係者
学校教育関係者 炊飯加工事業者 食品製造事業者 食品販売事業者
米穀販売事業者 米生産者 JA/集荷事業者 機械メーカー
料理教室関係者・料理研究家等 管理栄養士・栄養士 行政・団体関係者
その他 ()

● 参加申込会場

該当に☑を入れてください。

- さいたま会場 東京会場 名古屋会場
大阪会場 岡山会場 福岡会場



お申し込み先 一般財団法人 日本米穀商連合会 行

FAX **03-5846-9942**

締切 令和5年12月15日 (金)