

# 健康食育シニアマスター講座（日曜開講）

## 2025年1月期：講座スケジュール

| 日程               | カリキュラム                                | 時限    | 時間          | 講師 |
|------------------|---------------------------------------|-------|-------------|----|
| 2025年<br>1/19(日) | オリエンテーション                             | 1     | 10:00-12:00 | 柏原 |
|                  | 健康食育理論                                | 2     | 13:00-15:00 | 柏原 |
|                  | ※参加任意※ 質疑応答・懇親タイム                     | 任意参加  | 15:10-16:00 |    |
|                  | 懇親会                                   | 任意参加  | 18:00-20:00 |    |
| 2/2(日)           | ロープレ①                                 | 1     | 10:00-12:00 |    |
|                  | 伝えるスキル                                | 2     | 13:00-15:00 | 敷田 |
|                  | ※参加任意※ 質疑・懇親タイム                       | 任意参加  | 15:10-16:00 |    |
| 2/16(日)          | リーダーシップ研修①                            | 1     | 10:00-12:00 | 中澤 |
|                  | リーダーシップ研修②                            | 2     | 13:00-15:00 | 中澤 |
| 3/2(日)           | ロープレ②                                 | 1     | 10:00-12:00 |    |
|                  | 穀物概論・雑穀メソッド                           | 2     | 13:00-15:00 |    |
|                  | ※参加任意※ 質疑・懇親タイム                       | 任意参加  | 15:10-16:00 |    |
| 3/16(日)          | ロープレ③                                 | 1     | 10:00-12:00 |    |
|                  | 指導者コミュニケーションスキル                       | 2     | 13:00-15:00 | 敷田 |
|                  | ※参加任意※ 質疑・懇親タイム                       | 任意参加  | 15:10-16:00 |    |
| 実技試験             | 各自：3/23(日)もしくは、3/24(月)<br>事前に調整した約30分 |       |             |    |
| 3/30(日)          | 筆記試験                                  |       | 10:00-12:00 |    |
| 4/13(日)          | 講座の振り返りアクションプラン                       | 1     | 10:00-12:00 | 柏原 |
|                  | (WRP実践会 前半) ※                         | 希望者のみ | 13:00-15:00 |    |
|                  | 懇親会                                   | 任意参加  | 18:00-20:00 |    |

※WRP実践会は健康食育シニアマスター講座のカリキュラムには含まれておりません。

参加希望者は別途お申し込みが必要です。

## 食べる断食®若玄米リセットプログラム実践会&指導者研修

| 日程      | カリキュラム         | 時限 | 時間          | 講師 |
|---------|----------------|----|-------------|----|
| 4/13(日) | WRP実践会 前半      |    | 13:00-15:00 |    |
| 4/27(日) | WRP実践会 後半      |    | 10:00-12:00 |    |
| 5/11(日) | WRP指導者研修 レクチャー |    | 09:00-10:30 | 柏原 |