

健康食育シニアマスター講座（土曜開講）

2026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
2026年 1/24(土)	オリエンテーション	1	10：00－12：00	柏原
	伝えるスキル	2	13：00－15：00	敷田
	※参加任意※ 質疑応答・懇親タイム	任意参加	15：10－16：00	
2/7(土)	ロープレ①	1	10：00－12：00	
	健康食育理論	2	13：00－15：00	柏原
	※参加任意※ 質疑・懇親タイム	任意参加	15：10－16：00	
2/21(土)	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
3/7(土)	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	
3/21(土)	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：3/27(金)もしくは、3/28(土) 事前に調整した約30分			
4/4(土)	筆記試験		10：00－12：00	
4/18(土)	講座の振り返りアクションプラン	1	10：00－12：00	柏原
	（懇親会）	希望者のみ	12：00－13：00	

※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
4/11(土)	WRP実践会 前半		10：00－12：00	
4/25(土)	WRP実践会 後半		10：00－12：00	
5/9(土)	WRP指導者研修 レクチャー		09：00－10：30	柏原