

食学アドバイザー 1DAY資格取得講座

普段の食事を 基礎から学ぶ

安全な食品の見分け方から
最新の栄養のことまで

ココロと
カラダを
健康にする
プロ資格

食の知識はカラダを内側から健康にする「ホンモノの食」を選ぶ、たくさんの引き出しです



1

食材を選び調理する知恵

食事とは、食材の「力」を
カラダに取り入れること



2

昔ながらの知恵

食育の原点となる明治時代の
食養学の考え方が基本



3

新しい知恵

栄養素のカラダでの
役割を学ぶ

現代の栄養学、最新の食材と食品の常識、
食育の原点となる日本古来の食養学まで

初めて「食」を学ぶ人は、

幅広く食の事を学べる最良のチャンス!!

食について学んだことのある人は、

基礎を最初から新しい知識で学び直すことで、
これまでの経験に

やわらかな発想がプラスできるようになります。

食学アドバイザーとは

普段の生活に役立つ、食の基礎知識の資格は、「ホンモノの食」を選ぶ、たくさんの引き出しが出来ます。あなたと周りの人のライフスタイル、環境、体調に合った食事を選択していく「力」です。これからの未来の健康をつかっていけるカギとなるでしょう。

食に関するアドバイスを自信を持って、しっかりと周りの人に伝えてください。



認定講師 森 嘉代

監修: 食学アドバイザー1DAY資格取得講座

ハーモニー料理教室 ~自然・天然・発酵~

~食べることは生きること~「食はいのち」食は生きる基本であり、
選び方ひとつで体も心も変わります。本物の味を知り、自然の恵みを
最大限に活かす力を養いながら、食べ方やバランス等調理法だけ
ではない深い食知識も少人数で楽しく学べる場をご提供します。五
感で感じる自然の「食」の大切さを学びませんか? まずは1DAY講
座で学び健康に役立ててみましょう。

お問い合わせ・お申し込み

〒790-0811
愛媛県松山市本町2丁目2-2
株式会社ハーモニープロジェクト 089-904-3191
自然食日本料理いい家店舗 089-935-8525
※各料理教室スケジュールお申し込み・お問い合わせは
HP/SNS又はお電話にてご確認ください。



食学アドバイザー1DAY資格取得講座

1日学んで食の資格取得 税込 29,700円

テキスト・旬菜ごはんレシピ本・受験料・ディプロマ代込み