

日本食育防災士

あなたの1歩が
未来を守る。

日本初

一般社団法人 日本食育HEDカレッジ 認定

日本食育防災士 育成講座

災害時に
慌てない！

災害は、いつ・どこで・どんな時に起こるかわかりません

日本食育防災士は、全てが実戦的カリキュラム！

資格認定校として大切にしたいこと

それは「学んだことを日々の暮らしに役立てる」ことです。
今までにない丁寧な体験学習を通して、いざという時に冷静な判断と対応力が
自然と身につくカリキュラムとなっているので未経験の方でも安心してご参加いただけます。

受講カリキュラム 全8回 食事付き



スケジュール：ホームページでご確認ください

災害知識



近年の自然災害、また想定される自然災害などを学ぶことで、自身、家族、周辺地域の方々の命や暮らしを守ることができます。

防災食育



災害時、生きるために必要なのは食べることです。食の大切さについて学ぶことで、日々の食卓からおいしく備えることができます。

食品衛生



食中毒や、災害時の調理リスクについて学び、いざという時に安心、安全な食事対応ができる知識を高めます。

調理



基礎的な衛生面を学ぶことから始まり、食材のエコな切り方、時短調理、食べやすく工夫した献立など、暮らしに役立つ知識が学べます。

リーダー育成



各地域の防災リーダーや管理栄養士と連携をとり、災害食全般のリーダーとして活動する際に必要な、セルフマネジメントや対人関係の対応性を学びます。

フィールドワーク



防災食育キャンプ。チームワークを培うため、実際の災害を想定して、計画から実践まで協力してやり遂げます。自然の中、みんなで作って食べるご飯は格別です。

※希望者のみ

講義風景

調理風景

サテライトキャンパス

陸前高田市発酵パーク・CAMOCYは、美食の宝庫！
地域の方々と交流しながら、自然のアクティビティを体感します。

HEDカレッジ

キャリアアップオンライン

同時開催

専門家による多様なテーマでキャリアアップをお手伝い

食育・健康セミナー 乳幼児・アレルギー・疾患対応セミナー SDG's 地方創生 環境問題 生産者支援 など

防災士



大越 聡

防災士・危機管理コンサルタント・地区防災計画学会理事。
防災と危機管理の専門誌の編集長を勤めた後、現在は企業の防災やBCPを中心にコンサルティングを行う。

管理栄養士



内山みなみ

管理栄養士・栄養教諭・食生活アドバイザー・食品衛生監視員・食品衛生管理者・パン技能検定取得。
栄養学をはじめ、調理実習の講義まで当校で幅広く手掛ける。

コミュニティ・デザイナー



中村 正明

関東学園大学・経済学部教授
東京農業大学・客員研究員
農業経済学、6次産業化、地域活性化を専門に、産・学・官連携による地域プロデュースを行う。

研究者



宮川 隆

東京大学医学部附属病院助教。
本業の合間に、薬剤師として主宰するサイエンスカフェや、薬膳プロデューサーとして開催する料理教室などが人気。

資格を
とったら
終わり？

いいえ！資格はとったあとが大切なんです！

ここでしか体験できない楽しく備える特別なコミュニティ

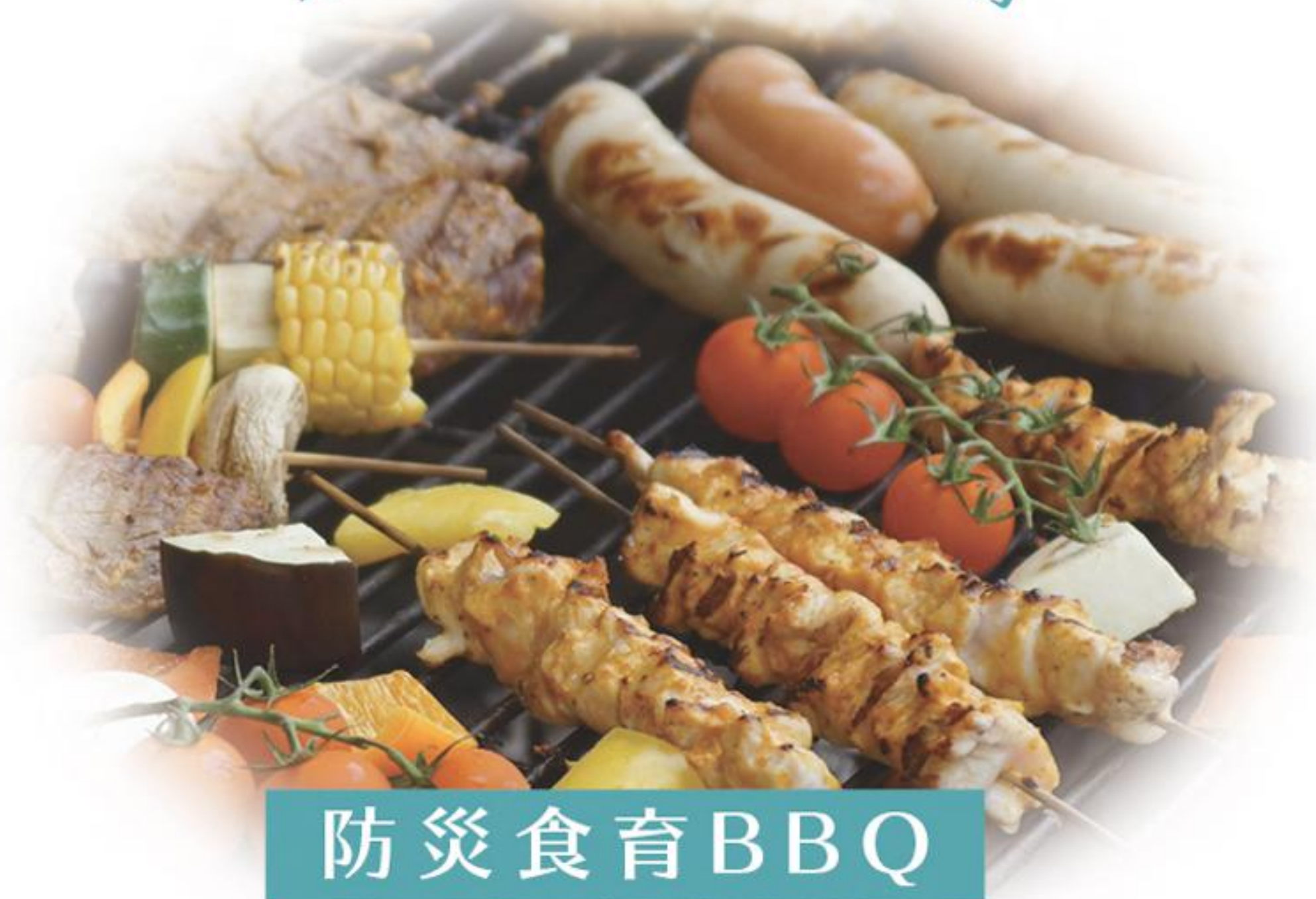
HEDカレッジ

定期開催イベント

身についたチームワークや技能をイベントで活かしましょう。

"資格をとったら終わり"ではなく、何回も繰り返すことで体が覚えるため、いざというとき迅速な行動ができます。

楽しく食べることが大切



防災食育BBQ

食で環境を守ろう



ローリングストックパーティ

チームワークを培う



炊き出し

HEDカレッジ

遊びも備えも全力で！スマイルクラブ

ワンコインレッスンや本格的なコース型レッスン、日帰りプランのアクティビティまで、話題のクラブ活動が気軽に体験できます。
出会った仲間たちと、お気に入りの趣味や特技を見つけて思いっきり楽しみましょう♪



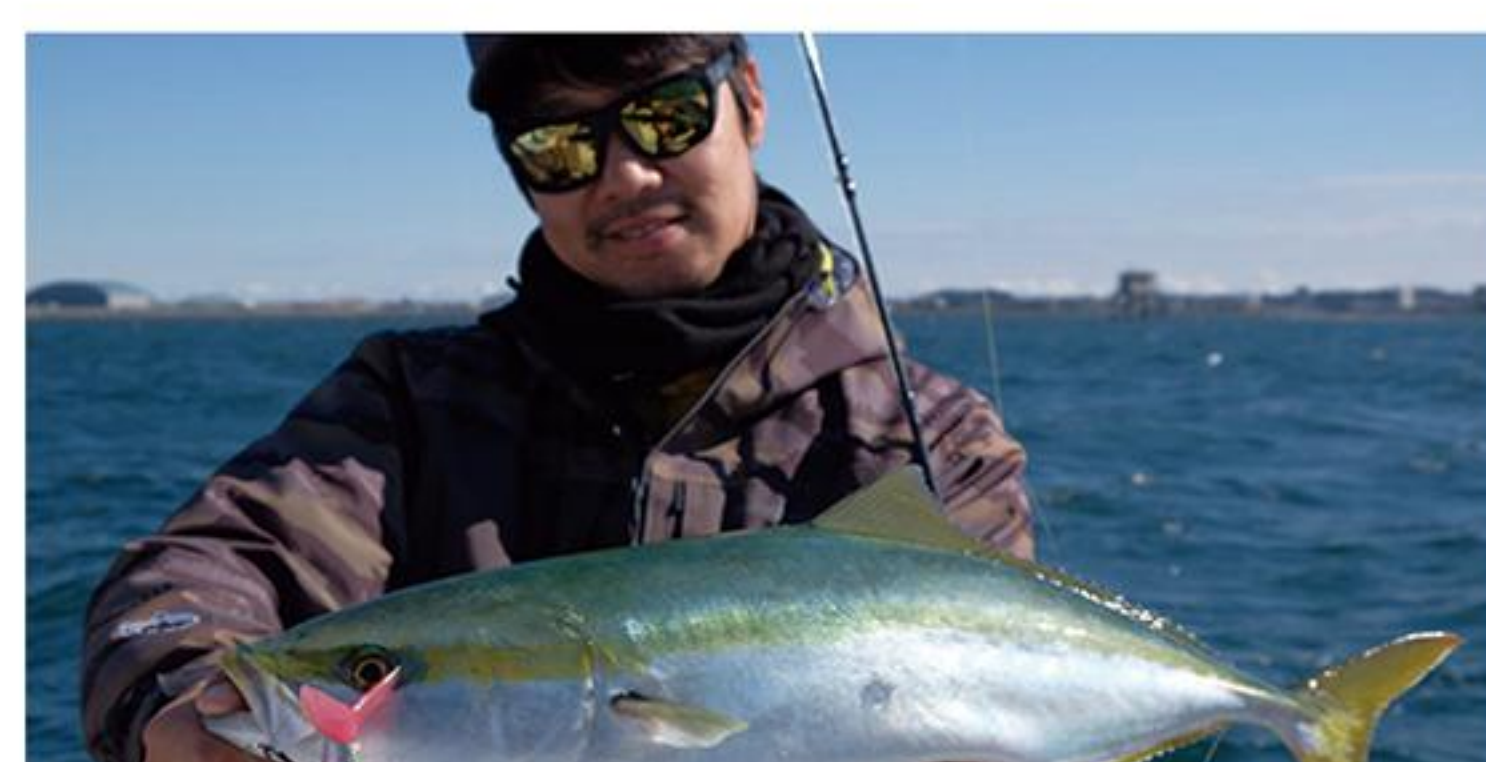
アレルギー対応食
野田 真実



一汁一菜 栄養ごはん
早川 美里佳



釣り
ショータ・ジェンキンス



農業体験
森田農園



Re:body
Atsuko



ヨガ
emijay



ラテアート
Mirco



ビューティ
南條 友美



パン教室・スイーツ教室・陶芸・キャンプ・ゴルフなど20種類以上！

HEDカレッジ

スマイル和クラブ

和の魅力を再発見！日本を代表する食や文化、スポーツなど、幅広いジャンルから和の魅力を伝承します。
五感で四季を感じながら、健康な体づくりを目指していきましょう。

栄養満点・大量調理のプロ
力士から学ぶ



日本舞踊とダンスの融合
体幹を鍛えた体づくり



技術を極めた和の匠
伝統食を受け継ぐ



季節の仕込みごと
味噌・ジャム・ピクルスなど



修了後は「日本食育防災士」として正式に認定されます。



一般社団法人 日本食育HEDカレッジ
代表理事 中村詩織

あなたは避難訓練の経験がありますか？

幼いころから何度か経験して記憶にある方も
いらっしゃるかと思います。
それでは「避難してからの過ごした方」を覚えて
もらったことはあるでしょうか？
災害時に必要な生きるための手段、
それは「食べること」
生きていく上で欠かせない、
災害時の食の知識と対応力を高めておき、
"日本食育防災士"として活躍しましょう！



国や自治体などの支援体制が十分に整うまでは、約3日間・72時間とされています。
今すぐに自分たちで生き抜くための知識を身につけましょう！

高校生以上
対象

お申し込みのご案内はこちら



一般社団法人 日本食育HEDカレッジはSDGsの実現に貢献しています。

SDGsとは

国連の持続可能な開発のための国際目標であり、17のグローバル目標と169のターゲットが設定されています。私たちも世界中のみなさんと共に目標達成できるよう、取り組んでまいります。

遊びも備えも全力で！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



一般社団法人 日本食育HEDカレッジ

Health Environment Disaster prevention

〒107-0052
東京都港区赤坂3-21-5 三銀ビル501
FAX:03-6441-0494
Mail:shokuiku@hed-college.com

パンフレット制作 Q・まる@marumarimaru19

