

Ⅲ 講師の指導・育成

1) 講師学習資料の作成

「Gutsスポーツ&ワークごはん塾」が事業推進会議の指導方針に沿い、全会場で同一指導がなされるように次の資料を作成し活用した。

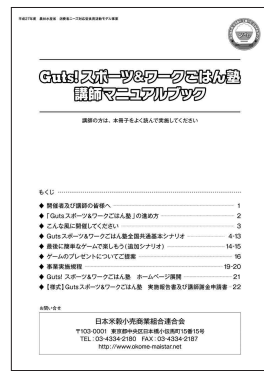
- ①「Gutsスポーツ&ワークごはん塾」ハンドブック
- ②「Gutsスポーツ&ワークごはん塾」講師マニュアルブック
- ③講師向け指導内容学習用DVD
- ④講師が説明するための説明フリップ
- ⑤講習会開催ミニポスター



学習用DVD



ハンドブック



講師マニュアル



説明フリップ

2) 講師勉強会の開催

本会では、全国均一の講習内容を円滑に行い、また講師を育成するために事業推進会議で作成したハンドブック並びに指導者育成資料をベースに、講師勉強会を全国2カ所（東京・大阪）で開催した。基調講演は、事業推進委員の柏原幸代氏による「食事が引き出す五つの力」、森谷敏夫委員の「スポーツと食事」のDVD放映、専門家による「お米の栄養学」、参加者による情報交換等。

【大阪会場】

（開催日）平成27年7月26日（日）

（開催会場）難波心斎橋ホール（大阪市中央区）

（参加者数）143名

【東京会場】

（開催日）平成27年8月2日（日）

（開催会場）主婦会館プラザエフ（東京都千代田区）

（参加者数）121名



大阪会場



東京会場

Ⅳ ごはん塾の開催実績

「Gutsスポーツ&ワークごはん塾」は、本会認定のお米マイスター及び連携団体の有資格者が講師となって、平成27年7月～平成28年3月の間に、全国150会場で開催しました。

「ごはん塾」は、スポーツ選手やスポーツ・運動に関心のある方を対象とした「スポーツごはん塾」と稲刈や食品工場見学、ワークショップ等の食や農業に関心のある方を対象とした「ワークごはん塾」の2区分で、「スポーツごはん塾」は、学校、グラウンド、スポーツ関連設備、公民館等で110会場を開催、「ワークごはん塾」は、水田、精米工場、調理室等で40会場を開催した。

1) スポーツごはん塾開催会場【都道府県別表】

北海道	青森県	岩手県	宮城県	秋田県	山形県	福島県	茨城県	栃木県	群馬県	埼玉県	千葉県	東京都	神奈川県	新潟県	富山県	石川県	福井県	山梨県	長野県	岐阜県	静岡県	愛知県	三重県
3				6			2	1	1	4	27	20	3	2					3	6		4	

滋賀県	京都府	大阪府	兵庫県	奈良県	和歌山県	鳥取県	岡山県	島根県	広島県	山口県	徳島県	香川県	愛媛県	高知県	福岡県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	沖縄県	合計
	2	11	1						2	1	1	1	1	1	1				1			5	110

2) ワークごはん塾開催会場【都道府県別表】

北海道	青森県	岩手県	宮城県	秋田県	山形県	福島県	茨城県	栃木県	群馬県	埼玉県	千葉県	東京都	神奈川県	新潟県	富山県	石川県	福井県	山梨県	長野県	岐阜県	静岡県	愛知県	三重県
1				1							9	2	1					2				3	

滋賀県	京都府	大阪府	兵庫県	奈良県	和歌山県	鳥取県	岡山県	島根県	広島県	山口県	徳島県	香川県	愛媛県	高知県	福岡県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	沖縄県	合計
1		5	1			2			12														40

「Gutsスポーツ&ワークごはん塾」では、次の項目について説明を行いました。



- (1) 朝ごはんの効用（朝食の役割と必要性）
- (2) “お米・ごはん食”に関する消費者の誤解（ご飯の有用性）
- (3) ご飯のパワーを知る（ごはんを中心とした日本型食生活の栄養バランスの大切さ）
- (4) スポーツやワークの前日・当日及び日常におけるの食事方法
- (5) ご飯の炊き方やバランスの良い食事メニュー
- (6) 稲作から食卓までの流れ（ワークごはん塾の場合のみ）