



## ワクワクワーク講師養成講座

# オーガニック滋養ごはん講師認定コース

### 開講のご案内

この度は、ワクワクワーク講師養成講座オーガニック滋養ごはん講師認定コースに  
お申込みいただきありがとうございます。

小さな気付きを大切にたのしんでいきましょう♪

- ◆日程・会場・講座内容一覧
- ◆課題一覧
- ◆受講方法のご案内
- ◆欠席・振替について
- ◆認定試験について
- ◆同時受講クラスについて
- ◆Facebookグループページへの参加について
- ◆受講中からご参加いただけるもの
- ◆認定後の契約更新について
- ◆注意事項と同意事項

## ◆日程・会場・講座内容一覧

※実習日の時間については、開催日近くにお送りするリマインダーで最終日程をご確認ください。

日程	時間	区分	会場	講座内容
4/15(火)	21時30分 ~22時30分	オリエン テーション	オンライン	今後の受講の進め方、課題についてなどをご案内します。 質問やご相談も承ります。
4/22(火)	21時30分~23時	講義①	オンライン	理想とする講師の在り方について
5/13(火)	21時30分~23時	講義②	オンライン	講座の組立、講座運営のスタンスについて
5/20(火)	21時30分~23時	講義③	オンライン	子どもと食生活について 日本の伝統と滋養ごはんについて
5/27(火)	21時30分~23時	講義④	オンライン	食の問題=添加物・調味料について レッスン計画の立て方について
5/31(土)	10時~ (※)	★実習①②	鎌倉本校 または さいたま校 または オンライン	★滋養ごはん実習 (S・A・Bコース) ※終了時間は会場・コースによって異なります。別途ご案内
6/10(火)	21時30分~23時	講義S	オンライン	Sコース専用講義 (Sコースのみ)
6/14(土)	10時~12時30分	★実習S	オンライン	★滋養ごはん実習 (Sコースのみ)
6/17(火)	21時30分~23時	講義⑤	オンライン	講師としての自分の活かし方と実践
6/28(土)	10時~ (※)	プレ	鎌倉本校 または オンライン	プレレッスン ※終了時間は会場によって異なります。 別途ご案内

## ◆課題一覧

課題の種類	課題	提出期限		
		Sコース	Aコース	Bコース
レポート課題	砂糖なしor 肉なし生活の実践	6/23(月)		
	おすすめ図書からの 読書感想文	6/23(月)		
制作課題	配布レシピ① 実施および投稿	6/23(月)		
	配布レシピ② 実施および投稿	6/23(月)		
	配布レシピ③ 実施および投稿	7/8(火)		
	配布レシピ④ 実施および投稿	7/8(火)		
	配布レシピ⑤ 実施および投稿	7/8(火)		
レッスン計画課題	配布レシピ①	6/23(月)		
	毎日のごはん入門講座 1回目	7/8(火)		

※おすすめ図書一覧、提出課題について、投稿の仕方、プレレッスンについてはそれぞれダウンロードページ（※後述）で該当箇所をご確認ください。

※課題はFacebookの専用グループページ【ワクワクワーク講師養成講座・認定講師&受講生ページ】（以下【グループページ】）へ投稿し提出していただきます。

グループページへの参加方法は、オリエンテーション後に事務局よりメールにてご案内致します。

※レポート課題については、受講開始後すぐに着手していただいて構いません。

※制作課題は**実習後**に作成したものを投稿するようにしてください。

※課題は変更になる場合があります。

## ◆受講方法のご案内

- ・講座で使用するテキストなどの資料は、ご自身でダウンロードしてご受講いただきます。  
ダウンロードできる資料は一部オンライン受講用の資料になっています。  
通学での実習用の資料は当日配布します。

※ダウンロードに必要なURLとパスワードは、オリエンテーション後に事務局よりメールにてご案内致します。

### 【講義】

- ・オンラインでのご受講になります。Zoom（※後述）というビデオ会議室を使用します。
- ・レッスン日の**3日前**に、**ZoomのURLアドレス**をメールでご案内します。  
届かない場合は必ずご連絡ください。
- ・**レッスン開始の5分前**には、指定のURLアドレスよりZoomへのご入室を済ませてください。  
開始時間には講義が開始できるようご協力をお願いします。
- ・お顔を見ながら、理解されているかなど確認して講義を進めますので、できる限り画面はオンでお願いします。

### 【実習およびプレレッスン】

#### ①通学実習コースの方

- ・**鎌倉本校**：ワクワクワーク鎌倉本校（SUGATA鎌倉1Fキッチンスタジオ・鎌倉駅徒歩5分）  
<https://wakuwakuwork.jp/access-kamakura/>
- ・**さいたま校**：TOROto（コスモスクエア6階・JR宇都宮線土呂駅徒歩約1分）  
<https://torotoplace.jp/store-info/>

※会場の都合により日程が変更になる場合もございます。ご了承ください。

- ・**持ち物**：エプロン ふきん2枚 筆記用具

※レッスンによって別途持ち物がある場合がございます。

その際はリマインダーメールにてご案内致します。

## ②オンライン実習コースの方

- ・ 講義と同様、オンラインでのご受講になります
- ・ ご準備いただくもの：材料・調理道具・レシピ

受講生の皆さまもオンラインで調理をしていただきます。

レシピに記載の材料、調理器具のご準備をお願い致します。

※初回の実習前におすすめの材料（しょうゆ・塩・ごま油、Sコースのみ車麩）をお送りします。

こちらもご活用ください。

### ※Zoomについて

受講生の皆さんはアカウントの作成などは不要です。インターネットに接続できるカメラ・マイク付きのパソコン、もしくはタブレットやスマートフォンをご用意ください。

（タブレットやスマートフォンでもご受講いただけますが、パソコンでのご受講をオススメします。）

※受講費用とは別にデータ通信料が発生致します。ご了承ください。

※初めて使用する時のみ、ダウンロードする必要があります。時間に余裕を持ってご準備ください。

↓こちらで講義中のZoomの便利な機能についてご案内していますので、ぜひご一読ください。

<https://wakuwakuwork.jp/blog-uservice-20211010/>

### ◆欠席・振替について

欠席の際は、下記の欠席フォームにて講義・実習開始までにご連絡ください。

できるだけ早めにご連絡いただけますと助かります。

<https://forms.gle/q8ptbeFPB1xQ6rPY7>

#### 【講義】

- ・ 原則として欠席は1回のみとなります。

※やむを得ない事情で2回以上の欠席が必要になる場合は、事務局までご相談ください。

- ・ 欠席される場合は、「録画受講」 + 「同時開催クラスor次期クラスへの振替」

または「録画受講」 + 「課題提出」のいずれかをお選びいただけます。

※ただし、講義⑤に限り「同時開催クラスor次期クラスへの振替」のみの対応とさせていただきます。

### ●同時開催クラス振替日程

<41期：各回10時～11時30分>

講義①：4/24(木)、講義②：5/15(木)、講義③：5/22(木)、講義④：5/29(木)、  
ごはんS講義：6/12(木)、講義⑤：6/19(木)

### ●次期クラス振替日程

<42期：各回21時30分～23時>

講義①：7/24(木)、講義②：7/31(木)、講義③：8/7(木)、講義④：8/21(木)、  
ごはんS講義：8/28(木)、講義⑤：9/11(木)

<43期：各回10時～11時30分>

講義①：10/9(木)、講義②10/16(木)、講義③：10/23(木)、講義④：11/13(木)、  
ごはんS講義：11/20(木)、講義⑤：12/4(木)

### ●課題提出

- ・録画受講後に感想レポートを作成
- ・欠席した回のレジユメ内にあるワーク（別途ご案内します）

### 【実習およびプレレッスン】

- ・欠席の場合は「次期クラスへの振替」となります。
- ・プレレッスンへの参加は、実習のご受講後となります。
- ・次期クラスの日程は、後日事務局よりご案内いたします。

※ご都合により鎌倉本校や他校での実習からオンライン実習に変更する場合は、  
調味料の発送や準備の都合上、実習の1週間前までに事務局までお知らせください。

### 【振替受講費】

- ・次期クラスまでは無料ですが、それ以降の振替は1日15,000円となります。

## ◆認定試験について

講座最終日が終了しましたら、認定試験を受けていただきます。

ただし、下記①②③を満たしていることが前提です。

①全講義・全実習に出席

※録画受講の場合は課題提出完了していること（6スキル回はリアル受講が必須）

②プレレッスン参加

③全課題提出

- ・すべての課題が終了している方に事務局よりWeb試験フォームをお送りします。
- ・紙面による郵送試験も可能です。Web試験ご案内時にお問合せください。
- ・試験で合格点に満たない場合は再試験となります。

## ◆同時受講クラスについて

<通学クラス>または<オンラインクラス>のどちらかを受講していただきます。

（すでにご受講済の場合は、再受講いただく必要はありません。）

### <通学クラス>

#### ●「食と心のバランス講座」

◆鎌倉本校（SUGATA鎌倉1Fキッチンスタジオ・鎌倉駅徒歩5分）

2025年4月開講クラス

<https://wakuwakuwork.jp/main-school/c-balance-kamakura-haru/>

2025年10月開講クラス

<https://wakuwakuwork.jp/main-school/c-balance-kamakura/>

◆さいたま校TOROto（コスモスクエア6階・JR宇都宮線土呂駅徒歩約1分）

2025年10月開講クラス

<https://wakuwakuwork.jp/main-school/c-balance-saitama/>

＜オンラインクラス＞ ※下記2つをセットでご受講いただきます

- 「一生涯のしく生きるための食の講座オンライン」

<https://wakuwakuwork.jp/online/c-lifestyle/>

- 「食材が届く♪はじめての常備菜講座オンライン～春夏クラス」

<https://wakuwakuwork.jp/online/c-jyobisai-spring/>

※どちらの講座も欠席は1回までとし、欠席課題としてワークを提出していただきます。

## ◆Facebookグループページへの参加について

皆さまにはFacebookグループページ【ワクワクワーク講師養成講座・認定講師&受講生ページ】

(以下【グループページ】)へご参加いただきます。

グループページへの参加方法は、オリエンテーション開講後に事務局よりメールにてご案内致します。

## ◆受講中からご参加いただけるもの

### ①参加費無料！受講生&認定講師限定の公式ミーティング

毎月様々な公式ミーティングを開催しており、受講生の方もご参加いただけます。

受講生同志、先輩認定講師と交流できる場となっておりますので、ぜひ積極的にご参加ください。

※認定公式ミーティングについては、下記ページで最新スケジュールをご案内しております

[認定ワールドまとめページ \(notion.site\)](#)

### ②スキルアップの機会がたくさん

多岐分野に渡る外部講師を招いての勉強会やスキルアップのための場を、年数回実施しています。

開催が決まりましたら、グループページにてご案内致します。

※こちらは有償となります。



## ◆認定後の契約更新について

ワクワクワークと認定講師で年1回、1月にその年の契約の更新を行います。（更新料年間11,000円）更新料をお支払いいただくことで、上記②の勉強会に1回無料または割引でご参加いただけます。

ワクワクワークでは取得して終わりではない認定講師による「食の貢献活動」の普及をもっと広く社会の役に立つものとして展開していけるよう努めて参ります。

## ◆注意事項と同意事項

皆さまに気持ちよくご受講いただくために確認していただきたいこととなります。少し固い文章ではありますが、たのしい開催のため必ずご一読ください。

### 【キャンセルポリシー】

- ・お申込み後のキャンセル、および返金は一括・分割に関わらず致しかねます。

### 【分割払いに際してのお願い（分割払い規約）】

- ・分割払いを利用される場合は期日までに必ずお支払いください。
- ・お支払いが遅滞される場合は法定利率（3%）を乗じた額の遅延損害金をお支払いいただく場合がございます。

### 【本講座の撮影について】

- ・本講座の録音・録画はご遠慮ください。

### 【実習日のお子さま連れについて】

- ・お子さま連れについてはこちらの講座は原則なしとさせていただいています。

例外として、0歳～1歳5カ月未満の赤ちゃんのみ可とさせていただきます。

集中してご受講いただきたいためです。ご理解ください。

（※講師養成講座以外の講座・教室についてはお子さま連れOKとなっています。）

### 【その他注意事項】

- ・レッスン内容は都合により変更する場合がございます。
- ・実習日は髪の毛が長い方は束ねてください。また、爪は短く切った状態で、マニキュアやネイルアート（ジェルネイルなど）は外してご参加ください。

- ・手回りの装飾品（指輪・時計・ブレスレットなど）は必ず外してください。  
外したものはご自身で保管、管理をお願い致します。
- ・教室内で他の方に怪我、その他、損失を負わせてしまった場合、負わせた本人が一切の責任を負います。
- ・怪我・火傷がないよう、注意を払うようお願い致します。万が一起きた場合、一切の責任を負いません。
- ・SNSに写真を掲載させていただく可能性がございます。※撮影時には必ずお声かけいたします。

**【連絡先について（事務局へ届きます）】**

- ・レッスン当日 [officewakuwaku@gmail.com](mailto:officewakuwaku@gmail.com)
- ・レッスン前日までのご連絡、お問合せ [info@wakuwakuwork.jp](mailto:info@wakuwakuwork.jp)

開講のご案内は以上となります。

何か疑問や不明点などがございましたら[info@wakuwakuwork.jp](mailto:info@wakuwakuwork.jp)までご連絡ください。

最後までお読みいただきありがとうございます。

それでは、スタッフ一同皆さまにお会いできますことを心よりたのしみにしております。