

リマ・クッキングスクール 初級コース冬期特別集中講座

マクロビオティック愛好家＝得意先様の上得意客となります。そのため、弊社グループでは日々普及・啓蒙活動を行い、マクロビオティック愛好家がひとりでも多く増えるよう努力をしております。

マクロビオティックを学ばれる多くの方は、料理を実践されます。そこで、弊社グループ日本CI協会が開催するリマ・クッキングスクールの料理教室はどんな雰囲気か、昨年12月に大阪で行われた初級・集中講座の様をお伝えします。

ぜひ、料理教室で勉強されたい方への参考としていただきと思います。



みんなで楽しく調理しました。



マクロビオティックの勉強の時間です。

昨年12月10日(土)～14日(水)の5日間に通常講座12回分を受講できるもので、昨年は東京・大阪で開催されました。

内容は、5日間の料理実習を通してマクロビオティックの基礎知識や陰陽を学ぶことができます。基本の玄米炊飯から始まり、日を追うごとに様々なメニューを作ります。講師が話す内容は興味深く、野菜の切り方ひとつにしても、マクロビオティックに基づく切り方がわかるようになります。また、素材の選び方や旬、素材本来の味を活かすことの大切さも学べます。参加者は女性が多いですが、男性が多いときもあります。マクロビオティックに興味を持ち始めた方が多く、実習中も会話が弾み、1日終わるころには、みんな仲良しになってしまいます。そして、毎回の実習後は、みんなで作った料理をいただき、食事中も、講師から食材にまつわる為になる話を聞き学びます。

最終日は、それまでの成果を披露する「試作会」を行い、初級の修了証がもらえます。



調理も講師の方がやさしく指導してくれました。

完成!



今回ご紹介した講座は集中して学びたい方向けです。リマ・クッキングスクールでは、全くマクロビオティックが初めての方向けのビギナーズコースやライフスタイルに合わせてクラスが選べるベーシックコースも開講しています。

今回参加した社員の感想

セミナーや書籍・ネットなどから得られるものとは違い、料理・調理を通じて自分で実践することにより、今までと比較してもマクロビオティックと向き合う姿勢は向上したと実感しました。五感で感じるということはこの料理教室だけでなく、普段の生活でも活かせるまた大事なことだと改めて気づく5日間でもありました。

(西日本営業所:木村)