



野菜ソムリエコミュニティ“キッチン”

畑と食卓をつなぐ、新しい「認定料理教室」のかたち



野菜ソムリエコミュニティ“キッチン”発足

【ミッション】

未来の子供に国産野菜を残す

【ビジョン】

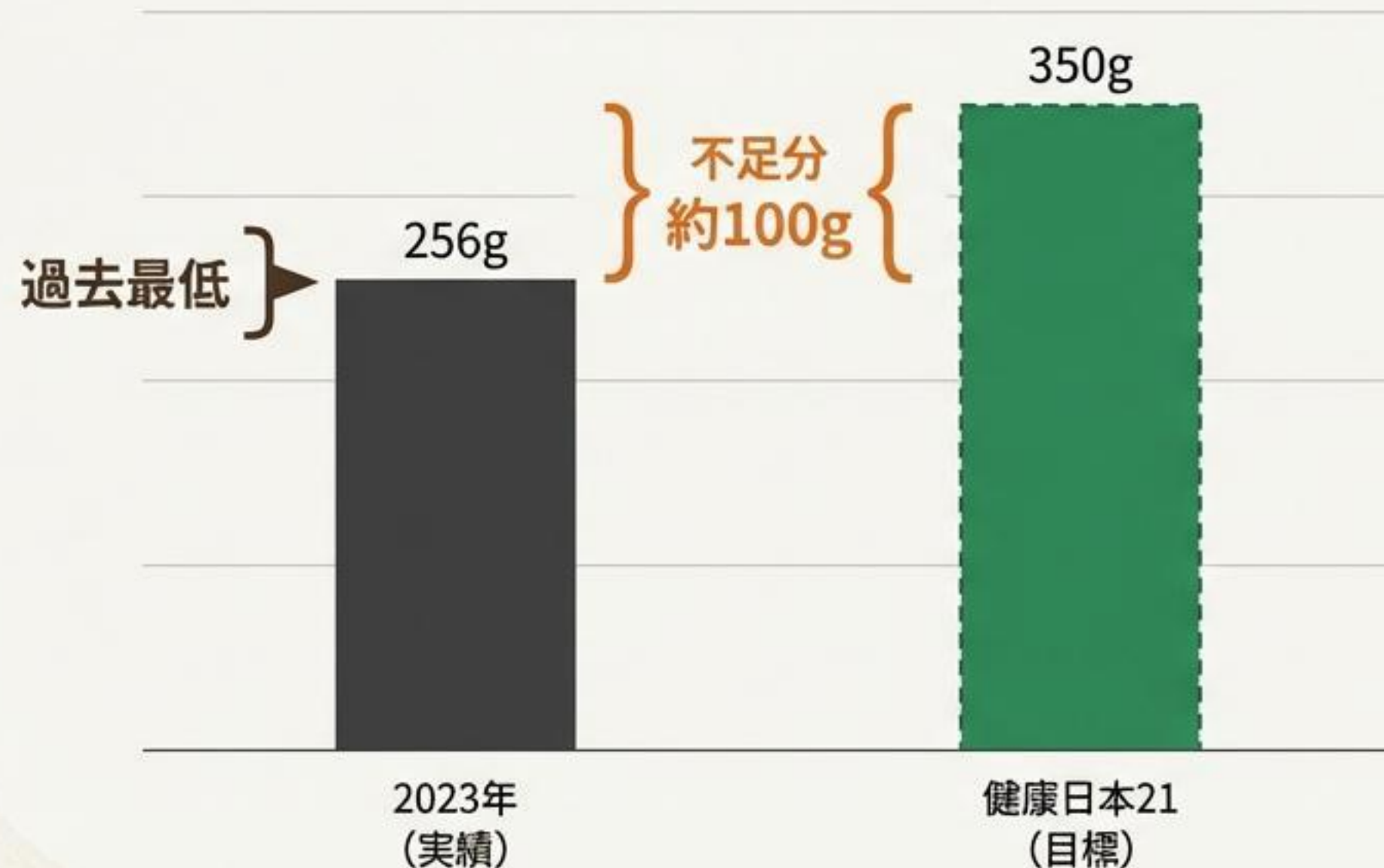
個々の料理教室としてだけでなく、野菜ソムリエという大きな旗印のもと団結し、社会にインパクトを与える。

【ゴール】

料理の力で、国産野菜の摂取量を底上げする。

日本人の野菜摂取量は、過去最低水準へ

厚生労働省「国民健康・栄養調査」によると、成人の野菜摂取量は減少の一途をたどっています。食の欧米化と価格高騰が重なり、和食文化の基盤が崩れつつあります。政府は「大人の食育」を推進していますが、現状は改善されていません。



食の欧米化の進行 (20年間の推移)

↑ 肉類 **+37%**
(76.1g → 104.4g)

↓ 果実
-30%

↓ 米・穀類
-10%



負の連鎖：なぜ「国産」が食卓から消えるのか



コンビニおにぎりが1個200円する時代。生活防衛のために消費者は野菜から離れ、安価な輸入品やジャンクフードへ流れています。このままでは、国内の生産基盤そのものが崩壊し、未来の子供たちが国産野菜を食べられない時代が到来します。

消費者が野菜を買わない「3つの真の理由」



1. 腐らせる不安

Noto Sans JP

「野菜を買うと腐る」
「早く料理しなきゃ」
という強迫観念。



2. 料理のハードル

Noto Sans JP

「家族が野菜嫌い」
「美味しく作れない」
(例：大根の部位による味の違いを知らない)



3. 手間の壁

Noto Sans JP

「野菜料理は面倒」
「コンビニの方が楽」
(下処理と調理時間の負担)

Noto Sans JP 私たちに必要なのは「もっと食べる」というスローガンではなく、「楽に食べる技術」です。

「野菜不足のストレス」を
解消できるのは、私たちです。

生活者のジレンマ

野菜を食べない罪悪感

高い・面倒・使いきれない

健康と喜び

野菜が主役の料理教室

おいしい!という感動

野菜の価値の再発見

私たちは、「高い・面倒」を「楽しい・価値あるもの」
へと変換できる、唯一の存在です。

社会を変革するための「車の両輪」

活動中
(約3年)

生産者
(Farmers)

野菜ソムリエファーマーズ

New!
始動

料理家
(Chefs)

コミュニティ“キッチン”

生産と消費、両方の歯車が噛み合っこそ、社会は前に進む。

なぜ「野菜ソムリエ」なのか？



野菜料理が好きな集団名簿
(即戦力のコミュニティ)



青果物選手権の受賞農家
(最高品質の野菜を調達)



地域の伝統野菜の知識
(地方創生とレア野菜)

レシピを教えるだけではありません。農家の「物語」を食卓へつなぎます。

国産野菜が当たり前にある未来へ



**家族の健康を守ることは、日本の農業を守ることです。
地域から始まるこの小さな革命に、ぜひ参加してください。**

料理家ゆえの悩みを、ここで解決する。



集客の悩み

今の時代に合った
生徒様の集め方とは？



SNS活用法

インスタグラム等の
効果的な発信戦略。



経費削減

運営コストを抑える
知恵の共有。



農家さんとの連携

「ファーマーズ」との
直接的なパイプ作り。

「孤独な個人事業主」から、「支え合う仲間」へ。

参加スタイル：無理なく、自由に。

ドロップイン方式
(都合の良い時だけ参加)

入退室自由



Zoomオンライン
勉強&懇親会



頻度：1~2ヶ月に1回



費用：無料 (Free)

開催日時はアンケートで決定



今後のスケジュール（予定）



「少し興味がある」という方は、
下記アドレスにメール
または QRコードにてLINE登録
をお願いします。

Email:
cooking@vege-fru.com



お気軽な気持ちでのご参加をお待ちしております。





「国産野菜を、未来の子供たちへ。」

私たちのキッチンの力で、社会の歯車を回しましょう。

野菜ソムリエコミュニティ“キッチン”