



木村有花
野菜ソムリエ×管理栄養士

給食会社勤務

仕事内容：給食会社で栄養士として提供する食事の栄養管理や衛生管理を担当。また、栄養情報などの資料作りなども行っている。

Q A 受講のきっかけは？

管理栄養士の資格を持ちながらも、転職が多かったり、管理栄養士が1人しかいない職場が多かったりと、自分の知識に自信が持てずにいました。自信をつけるためにも、得意分野を作ろう！と思い、種類が多く栄養面でも無限大の可能性を秘めた野菜や果物の知識が学べる『野菜ソムリエ』を選びました。説明会で体験談を話して下さった野菜ソムリエの方の目の輝きを見て、こんな風に自信を持ってモノやコトの良さを伝えられる人になりたい！と思い、受講を決めました。

Q A 野菜ソムリエ取得後の変化や良かったことは何ですか？

自分自身の食生活の変化としては、今まで手に取ったことのない野菜にチャレンジするなど、使う野菜の種類も摂取量も増えました。そのおかげでレシピを考える機会が増え、仕事にも役立っています。外食産業、病院栄養士、保育園栄養士、給食会社栄養士と経験をしてきましたが、どの職場でも活かせる万能な資格だと感じています。

Q A 今後の目標は？

第1目標は、相手が知りたいと思う情報を分かりやすく、且つ魅力ポイントを付加して楽しく伝えられるように自分自身も学び続け、自信をつけること。
第2目標は、『野菜ソムリエ×管理栄養士だからこそできる食育』について考え、家庭や地域の食環境が豊かになる力添えができるよう生産者とも繋がりを深めていきたいです。

🌟 資格を検討中のみなさまへメッセージ

野菜ソムリエは、資格を取得した後も協会主催のイベントや勉強会があったり、都道府県別にコミュニティがあったりと、自分次第で繋がりをどんどん増やしていくことができる環境が整っています。本で学ぶだけでなく、体験することで見えてくる新たな発見や、他の野菜ソムリエと話すことで広がる視野を、是非みなさまにも感じていただきたいです。



白井佐也圭
野菜ソムリエプロ×管理栄養士

トレーニングジム勤務

仕事内容：ジムの会員様向けに栄養セミナー・個別栄養相談・料理教室・食事提供など。会員様への栄養相談はトレーナーと運動相談と合わせて、2対1で対応する事も。体づくりには運動と栄養が深く関わっているということを日々実感中。

Q/A 受講のきっかけは？

野菜が好きで普段から良く食べるだけでなく、マルシェや市場に行き、色とりどりの野菜が並んでいるのを見るのが好きでした。また飲食店やテパ地下などで目にする、綺麗に盛り付けられたサラダを見て楽しみ、野菜を美味しく食べることが趣味でもありました。野菜についてもっと深く知り、周りの人にも野菜の魅力を伝えたいという思いと、管理栄養士との資格と合わせれば自分の仕事にも活かせると思い受講を決めました。

Q/A 野菜ソムリエ取得後の変化や良かったことは何ですか？

ジムの会員様向けのセミナーで野菜についてお話しさせて頂く機会もあり、野菜の選び方や簡単に美味しく食べる方法など、お伝えできる機会が増えた事。また、自分が野菜ソムリエであることでジムの会員様から野菜に関する質問も頂くことが増えたり、家族や友人からも野菜に興味を持ってもらえるようになったと思います。

Q/A 今後の目標は？

野菜の魅力をただ伝えるだけでなく、多くの人の食生活にたくさんの野菜を取り入れてもらうことが目標です。そのために料理初心者の方でも簡単にできる電子レンジ調理を取り入れた料理教室や、野菜を实际手に取ってもらい摂取目標量の350gを測ってもらうセミナーなどを積極的に行い、野菜を身近に感じられるような機会をたくさん作っていきたいです。

🌟 資格を検討中のみなさまへメッセージ

野菜に対する探究心があれば、受講をすることで自分自身も今以上に野菜が好きになれるはずです！好きになればなるほど、その熱意も伝わりやすく、自然と周りに野菜の魅力を伝えられるようになると思うので、ぜひみなさんも野菜について学んでみませんか♪

資格取得者インタビュー [栄養士編]



民野 摂子

野菜ソムリエプロ×管理栄養士×健康運動指導士

フリーランス栄養士

仕事内容：健康セミナー、食育講座、料理教室の講師、食生活カウンセリング、コラムの執筆等

Q&A 受講のきっかけは？

フリーの栄養士になる前、スーパーの営業企画に所属し料理提案などの仕事をしていた時、野菜の魅力や情報を一面的にしか語れない自分に限界を感じていました。そんな状況から脱却したいと考え、野菜ソムリエの受講をしようと考えました。

Q&A 野菜ソムリエ取得後の変化や良かったことは何ですか？

栄養面のみならず、野菜の多角的な側面を知ろうという意欲が高まり、その機会が増えました。人生の中で、最もたくさん名刺交換をしました。野菜ソムリエにならなかつたら、知り合えなかつた人たちとの交流がとても広がりました。

Q&A 今後の目標は？

食べる側の後継者づくりを担っていきたいと思います。作り手の後継者もとても大切ですが、食べる側のも正しい知識、味を知ってもらいたいと感じています。食育活動などを通してたくさんの人に「食」の大切さを伝えていきたいと思っています。

★ 資格を検討中のみなさまへメッセージ

フリーランスになって10年余、野菜ソムリエにならなかつたら、ここまで長く続けてこれなかつたと思います。資格取得と同時に棚からポタモチのようなことはありませんが、自ら求めることによって、様々な可能性が拓かれる資格だと思えます。共に野菜ソムリエとして、ご一緒できれば幸いです。