

# 第26回

開催日：令和元年12月3日(火)～5日(木)3日間  
場所：静岡県静岡市 国立清水海上技術短期大学校  
主催：一般財団法人 全日本海員福祉センター

## 船内調理初級者研修 開講



船にて、賄いを担当されている船員の皆様へ  
船内での調理を  
効率的に楽しくする秘訣をお教えします。

包丁の研ぎ方や魚のさばき方など  
基本の調理技術と  
ギャレーの衛生管理などが修得できます！

- ☞ 栄養や衛生についてわかりやすく学習できます！
- ☞ 包丁の扱い方を基礎から学べるチャンスです！
- ☞ 魚を3枚おろしにする手順を学べます！



船内調理のちょっとしたコツを伝授します！

- ☞ 船での調理に精通した先生が丁寧に教えます！
- ☞ 通常業務の合間に料理の下準備をして、効率よく調理する方法を教えます！
- ☞ 調理作業が楽しくなる方法を教えます！

仕込みひとつで和・洋・中にアレンジできる  
簡単にスピーディな調理をご紹介します！

- ☞ 和・洋・中の定番料理を実際に調理して基礎から学べます！
- ☞ 少人数で実習するので、切り出しから盛りつけまで一貫した作業の実践的な調理実習！
- ☞ おかずを複数品、同時進行にて効率よく調理する方法が学習できます！



握り寿司の  
体験ができます！  
握り方を伝授します。  
貴重な体験です。

その他、栄養学や食品衛生学の講義など、  
船内での調理に役に立つこと盛りだくさん！  
これだけ出来て、受講料は**無料**です！！  
船内調理に役立つレシピ集も差し上げます。

個人負担は、宿泊費、食費となります。  
詳しい募集要項については、  
裏面をご参照ください。

裏面へ

# 第26回 船内調理初級者研修 募集要項

(一財)全日本海員福祉センター 訓練部

船内にて簡単に作れる栄養バランスの良い献立をテーマに、国立清水海上技術短期大学校にて令和元年12月3日から5日までの3日間、第26回船内調理初級者研修を実施します。

甲板部・機関部・事務部を問わず、船内での調理経験3年未満の方の積極的な参加をお待ちしています。

なお、この研修は、船員法第80条第4項に基づく「船内における食料の支給を行う者」に必要な能力を証明するための講習として国土交通省から指定されています。

※この研修は船舶料理士の受験研修ではありません。

実施主体：(一財)全日本海員福祉センター(略称=JSS)

開催日：令和元年12月3日(火)、4日(水)、5日(木) 3日間

開催場所：国立清水海上技術短期大学校 〒424-8678 静岡市清水区折戸3-18-1

：研修担当・(独)海技教育機構 学校教育部 教務課 調理教育室 松田主幹 Tel. 054-334-0923

研修対象者：原則、調理経験3年未満の船員。(担当職務とは別に当番制で賄いを担当する船員含む。)

募集定員：10名

受講申請締切日：令和元年11月19日(火)

【注意】原則、申込順を優先としますが、定員を超えた場合は参加者の調整を行います。

受講料：無料(但し宿泊費、食費については自己負担)

交通費：受講のため宿泊を伴う場合は、自宅から研修機関までの、往復の交通費実費相当額を支給します(タクシーを除く)。

宿泊：宿泊希望者は、ホテルを紹介し(ホテルから会場まで無料送迎有)。

研修内容：船内調理に従事する船員を対象に乗組員の食事による健康管理術の習得ならびに当番制で賄いを担当する船員の調理作業の負担軽減を図る。

<実技> 調理実技は、1班2名にて行います。

## ①日本料理

・基本調理

例：包丁の砥ぎ方、野菜の切り方、魚おろし、厚焼き卵など。

・家庭料理を中心に基本の調理技術(和えもの、煮物、焼き物)を習得。

例：胡麻和え、厚焼き卵、魚の漬け焼きなど。

## ②寿司

・握りと巻き物の寿司の実習。

例：寿司盛り合わせ。

## ③西洋料理

・スタンダードな洋食と船内で作る欧風料理。肉や魚の簡単なソース作り。

例：野菜スープ、カレー、肉料理もしくは魚料理など。

## ④中華料理

・定番の中華料理に一工夫加えた献立。

例：野菜の即席漬け、炒飯、イカと野菜の辛し炒めなど。

<学科>

※栄養学 食品衛生学

・栄養とミネラルのバランスを考えたメニューの組み合わせ方法。

・食中毒の予防法。

受講申請：最寄りの全日本海員組合支部、またはJSSに申請してください。(FAX申込可)

問合せ先：〒106-0032 東京都港区六本木7-15-26 (一財)全日本海員福祉センター訓練部

電話：03-3475-5391、FAX：03-3475-5892、Mail：jss0511@jss01.jp