

FCAJ フードコーディネーターの知識と技術を習得する実践講座

『ひと目で心を奪う
SNS 投稿・写真撮影を身につける!』

～仕事として活かしたい方向け・少人数制の限定講座～

日時 2025年11月15日(土) 11:00～16:45 (10:45 受付開始)

会場 江上料理学院 第1部:5階 第2部:3階 (東京都新宿区)

第1部

SNSで広がる
料理の世界

1日で現場に効くスキルを習得!

“SNS”と“撮影のコツ”の2大テーマで、自己ブランディング力と魅せる力を一気に引き上げる。プロの技術をじっくり学べる、少人数制の実践講座です。

SNSを通して料理が仕事になり、出版・自分のお店のオープンまで広がった!
体験談から学ぶ、SNSで広げるセルフブランディング講座

第2部

映えるフード
撮影テクニック
(基礎編)

レシピ開発からスタイリング・撮影まで一人でこなし、必要とされる人材へ。ひと目で心を奪われるフード写真&スタイリングの基礎講座

→講座詳細は裏面へ

知る・学ぶ・試すが詰まった1日

“プロとして選ばれる力”を磨く、濃密で贅沢な学びの時間です。
明日からの現場が変わる、そんな体験をぜひ一緒に!

定員 第1部 20名 第2部 12名

参加費

※価格は税込です。

1部+2部セット	会員	22,000円
	有資格者	26,400円
1部のみ	会員	8,800円
	有資格者	11,000円
2部のみ	会員	14,300円
	有資格者	16,500円

申込方法 次のA/Bいずれかの方法で、下記期間内にお申し込みください。

A WEB: お申し込みフォーム(右のQRコード)に入力してください。

B FAX または郵送: 下記の「申込書」をご返送ください。

申込期間: 2025年9月25日(木)～2025年10月8日(水)

※セットでお申込みの方を優先の上、抽選とさせていただきます。ご了承ください。

- ・締切後、申込者全員に結果とお振込みのご案内をメールにてお送りします。
- ・参加費のお振込み確認後に、会場地図を掲載した受講票(ハガキ)をお送りします。
- ・感染症の拡大、自然災害、交通不全等により、やむを得ず中止する場合がございます。



『ひと目で心を奪う SNS 投稿・写真撮影を身につける!』申込書

FAX: 03-6228-7652

コース (いずれか)	☐ 1部+2部セット	区分 (いずれか)	☐ 会員(会員番号) ☐ 有資格者(認定番号)	
	☐ 1部のみ	氏名	メール	
	☐ 2部のみ	電話	FAX	

記載内容は、当講座のみに使用します。

第1部 SNSで広がる料理の世界

11:00 ~ 13:00 (2時間)

20名
限定

自分の料理をもっと届けたい人へ。 SNSで叶える発信とビジネス

想いを込めた発信から始まるビジネスチャンス SNS発信は特別な技術ではなく「想い」が一番大切。家庭料理から始まり最高12.8万フォロワーを獲得、書籍出版、カフェ開業まで実現した実体験をもとに、ファンを生むSNS発信の秘訣と、そこから生まれるビジネスチャンスについて実践的にお伝えします。フードコーディネーターとしての活動の幅を広げたい方、SNS発信に興味のある方必見の講座です。



内容

- 1 自己紹介とSNS発信の始まり
- 2 SNS発信成功の6つのポイント
- 3 ワーク「あなたの物語を見つけよう」
- 4 SNSからビジネス展開へ
— SNSを集客に活かすには
- 5 SNS上の批判の向き合い方、
停滞期の乗り越え方
- 6 質疑応答／まとめ

講師 はくま
母熊氏

インスタグラマー
おうちごはん研究家/
カフェオーナー



インスタグラム (@rosso_) は最高フォロワー数12.8万人。子どもたちが集まったことをきっかけに始めた「仕事ごはん」の投稿が大ヒットし、多くの共感を呼ぶ。その活動がKADOKAWAの目に留まり、『離れて暮らす大切な家族に届ける作り置き実家便仕事ごはん』を出版(現在7刷)。現在は埼玉県美里町で娘と共に、「大切な誰かと心からの笑顔で過ごせる場所作り」をコンセプトに、「m's dining」「dog run m's」を運営。料理を通じた家族愛の発信と愛犬家に寄り添う活動を展開中。



思わず手が伸びる！ おいしそうなフード写真が撮れるようになります

今やフードコーディネーターにとって「写真」は欠かせない要素。料理を作って、スタイリングして、撮影まで行う場面が増える中、自分の手で“伝わる写真”を撮れる力は、大きな武器になります。本講座では、特別な機材や難しいテクニックではなく、自然光を使った「おいしそうな一枚」を撮るための基本を、初心者にもわかりやすく丁寧にレクチャーします。スマホでも、カメラでも参加OK！ 現場で即活かせるテクニックが満載です。

内容

- 1 自分ひとりで一枚のフード写真を作り上げるとは？
- 2 自然光を使いこなして撮影の基本を学ぶ
- 3 フードに合わせた器と背景の選び方
- 4 ハッと目を惹くスタイリングと撮影のコツ
- 5 実技編：「スイーツ(洋生菓子または焼き菓子)の写真」1人前
※各自で食材&クロス、小物等を持参し現場でスタイリングを実践
- 6 各自の作品への評価とアドバイス
- 7 まとめ・質疑応答

※カメラの使い方講座ではありません



第2部 映えるフード撮影 テクニック〈基礎編〉

14:00 ~ 16:45 (2時間45分)

12名
限定

講師

中出 真理子氏

写真とスタイリングの教室
Atelier Enfamille(アトリエ・
あんふあみーゆ)主宰
テーブルフォトスタイリスト/
フォトグラファー



パン教室講師を経てフードコーディネーターとして活動を始め、撮影現場での経験を重ねる中で、「完成した料理の魅力を、自分の手で写真に残したい」との想いから、ほぼ独学で写真を習得。「この子(フード)のかわいい魅力を引き出してあげたい」をコンセプトに、難しいルールに縛られず、フードの作り手だからこそ撮れる“心のこもった一枚”を大切にしている。教室では、受講者一人ひとりに合った撮影小物を提案し、その使い方で丁寧に伝えるプライベートレッスン「Select for You」が好評。楽しく、親しみやすく学べる講座をモットーに、食品メーカーの商品撮影やイベント撮影、プロフィール写真撮影、大学・短大の非常勤講師など、多方面で活躍中。