

准教授

高橋 雅子

TAKAHASHI Masako

Profile

栄養専攻准教授。管理栄養士。NRサプリメントアドバイザー。1979年昭和女子大学卒業（食物学専攻）。東京ガス前橋営業所料理教室等講師。高崎勤労青少年ホーム料理講座講師。高崎市高齢福祉課栄養教室講師。高崎市市民部保険年金課特定保健指導講師。こどもクリニック離乳食指導講師、内科クリニック外来栄養相談講師を務める。2008年明和学園短期大学着任。助手、講師を経て2015年4月より現職。2013年群馬県食育推進リーダー。2014年エコクッキングナビゲーター。次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理H24～26年度版（共著）2018年伝え継ぐ日本の家庭料理（共著：小麦・いも・豆のおやつ編）農文協。2020年伝え継ぐ日本の家庭料理（共著：そば・うどん・粉もの編）農文協。



学生へメッセージ

炊きあがったばかりのご飯のおいしさは格別です。普段口にするもののおいしいと私たちの心は満たされます。

食べ物の世界には、人類が長い間に経験してきた知恵があふれています。はやぶさが、遠く宇宙の果てから貴重な砂粒を地球に持ち帰る時代になっても、家電メーカーがしのぎを削るご飯のおいしさは「かまど炊き」の時代のものなのです。頻繁に口にする日常の料理のおいしさは、先人の知恵に学ぶべきところが大きいのです。

先人が伝えてきた知恵を「こつ」と言います。「こつ」を現代に活かすために、授業では科学的な視点から調理の「こつ」について考えていきます。「こつ」の秘密がわかったとき、何気ない調理操作の一つひとつに意味があることを知ることでしょう。料理をしているときのなぜ？という疑問に向き合うことは、食の専門家となるあなた自身の大きな力となります。

安全でおいしくて多種多様な食材から作られる料理は、これからも人に生きる喜びを与えてくれることでしょう。

さあ、一緒に豊かな食の世界を楽しみましょう。