

「知らないで食べる」から「知って食べる」へ

日々の食事にプラスワンの知識とプラスαの楽しさを♪

「習慣化」することの大切さ！日々の積み重ねで体がつくれます。

なぜ野菜や果物を食べた方がいいのか。どんな役割が？ 皆様の食選力向上と心と身体の健康増進をめざし、健康モードスイッチをポチッ♪ポチッ♪と押し活中。

株式会社 ^{やかま} 野果増しや

<https://www.teku-teku.jp/>

代表取締役 野菜ソムリエ上級プロ・果物ソムリエ

^{なかざわ} ^{まき}
中澤 真規



野果増しやHP



【プロフィール】

三重県伊賀市生まれ伊賀市在住。喫茶店を営む両親の元で育つ。母方の祖母は農家。子供の頃はよく畑に連れられていたにもかかわらず、野菜嫌いだった子供時代。そんな私が会社員から主人の実家の家業である青果販売業への転身をきっかけに、2012年野菜ソムリエ初級を取得。翌年中級資格、翌々年2014年上級資格である三重県唯一の野菜ソムリエ上級プロとなる。

仕事の主軸は、企業の社員食堂様や飲食店様に配達する青果卸販売業。そこから派生して

2015年に野菜と果物ギフトのお店を併設し、野菜や果物を軸とした食育講師としても活動を開始。

2022年に、第11回野菜ソムリエアワード個人部門で金賞を受賞しその年の日本一の称号をいただく。

2023年12月“野菜果物を知って！食べて！楽しんで♪健康になる人を増やしていこう”という想いを込めて「株式会社野果増しや」（やかましや）を設立、翌年2024年1月より卸売業・小売店・講師業を統合し、中沢青果より改名、現在に至る。

◆日本野菜ソムリエ協会認定・野菜ソムリエ養成講座（初級コース）地域校三重教室担当（伊賀・津・松阪）。

後進の育成にも関わっている。

※8年にわたる実母の呼吸器疾患（肺気腫）と大腸憩室炎での看病サポートをきっかけに支えとなる人の存在意義、心の健康バランスと体を作る食の大切さなどを切に実感。世代、状態、環境によつての食の取り方などをより深く考えるきっかけにもなり、生活者の皆様の心身の健康増進に寄与していきたいという想いが深まる。

呼吸ができ、体を動かせることができ、話ができて、口から物を食べることが出来るその当たり前の日常に感謝！

【主な保有資格】

◆野菜ソムリエ上級プロ（三重県1人）◆果物ソムリエ ◆メンタルフードマイスター2級

◆アスリートフードマイスター3級 ◆冷凍生活アドバイザー

【受賞歴等】

◆2016年第5回野菜ソムリエアワード青果店部門で中沢青果てくてく「銅賞」受賞

◆2022年協会刊行誌「野菜ソムリエ名鑑 vol.1」に掲載、全国で活躍中の100人の野菜ソムリエに選ばれる

◆2022年第11回野菜ソムリエアワード個人部門で「金賞」受賞。この年の日本一の称号をいただく

協会プレスリリース <https://www.vege-fru.com/doc/news/22/0801.pdf>

●2014年～10年間野菜ソムリエコミュニティみえ代表を務め、現在も三重の仲間と学び活動中

≪主な講師経歴など≫

- 2015年から日本野菜ソムリエ協会野菜ソムリエ養成講座（初級コース）通信制地域校三重教室を担当。
初級の資格取得のための食べ比べ体験などのスクーリング授業と修了試験を担当。現在伊賀・津・松阪にて受講可

- ◇ 2015年11月伊賀保健所・伊賀食品衛生調理師部会主催「野菜フル350推進調理師部会セミナー」講義と調理デモ
- ◇ 2015年11月、2016年8月伊賀市ゆめぼりすセンターにて子育て支援事業「野菜果物の魅力を知って食べる講座」
- ◇ 2015年9月 伊賀市上野公民館悠々講座にて講演
- ◇ 2015年11月 上野商工会議所女性会若手後継者育成事業「野菜ソムリエの野菜講座」講義と調理デモ
- ◇ 2015年、2016年、2017年 伊賀市西大手町女性会様ベジフル講座
- ◇ 2014年12月、2016年12月、2017年8月 伊賀オーガニックフェスタにてベジフル講座開催
- ◇ 2015年11月、2016年10月・11月、2017年11月 伊賀ぶらり体験博覧会（通称いがぶら）にて、ベジフル講座を企画（まこもだけ・アレッタ・さつまいも食べ比べなどの野菜講座、チョコベジ&チョコベジスムージー講座、バナナ工場見学&食べ比べ講座など）
- ◇ 2016年4月～翌3月 津中日文化センターにてベジフル講座講師
- ◇ 2016年10月 JA伊賀北部 アンパンマンこどもくらぶ講座「シニア野菜ソムリエのベジフル講座～個性を知って食べてみよう！～」テーマ食材：今が旬のまこもだけ&奥が深いよバナナちゃん
- ◇ 2016年10月 三重県立上野高校同窓会公開講座にて講演
- ◇ 2017年3月 伊賀市上野図書館主催「図書館活用術」本とマルシェで学ぶお野菜さんにて講演
- ◇ 2017年5月～2018年1月 H29年度伊賀市地域活動支援事業のひとつNPO法人伊賀の友主催地域孫育て出前講座「食育と触育」にて計8回にわたり伊賀市内各地の市民センターに赴きテーマ食材についての野菜&果物講座担当
- ◇ 2017年9月三重県伊賀保健所主催 伊賀地区給食従事者及び地域職域健康管理担当者研修会にて野菜摂取量増加に向けての講演とレシピ提案
- ◇ 2017年10月三重県立上野高校同窓会総会にて基調講演
- ◇ 2017年10月松阪農業公園ベルファーム主催教育ファーム「カレーにあうお米華麗舞親子料理教室」野菜ソムリエコミュニティみえとして担当
- ◇ 2017年11月三重県立伊賀白鳳高校フードデザイン科にて「バナナ講座」講師（伊賀市IGABITO 育成プロジェクト）
- ◇ 2018年1月 子育て支援団体「ちびっこドリーミング」主催の定例会にてりんご食べ比べプチ講座
- ◇ 2018年1月 ルーツ・名張フォーラム主催、月1勉強会テーマ「いちご」にて食べ比べ等プチ講座
- ◇ 2018年1月三重県H29年度6次産業化人材育成講座「農産物を使った商品づくりのための研修会」講義と調理デモ
- ◇ 2018年2月 H29年度三重県地域食育推進連絡会議「みんなで広げよう！食育実践の環」にて講演
- ◇ 2018年4月 三重県より依頼、東員イオン三重県フェア・地物一番食べ比べワークショップ「トマト&みかん」講師
- ◇ 2018年5月 三重県農業普及所より依頼、産直ネット津の研修会にてトマト食べ比べ講座担当
- ◇ 2018年7月 津中日文化センターにて「スムージー講座」
- ◇ 2018年7月 三重県視覚障害者協会女性部様研修会にて野菜果物とチョコの組合せ試食も交えてのベジフル講座
- ◇ 2018年9月 三重県上野森林公園にて体験学習講座のびのびやってみ隊
「くだもの・やさいの魅力について知ろう！」ぶどうの食べ比べとフルーツポンチ作り講師
- ◇ 2018年10月 伊賀市久米地区住民自治協議会主催 ベジフル講座にて講演
- ◇ 2018年10月 三重県立伊賀白鳳高校にて3年パティシエコース授業「伊賀の美味しいバナナカフェ」講師
- ◇ 2018年10月 松阪農業公園ベルファーム主催教育ファーム、2018テーマ野菜「じゃがいも」のおやつレシピ提供
- ◇ 2018年10月 伊賀市社会福祉協議会主催 平成30年度伊賀市食事サービス連絡会研修会にて
「野菜ソムリエの食べ得！知っ得！野菜講座～知らないで食べるから知って食べるへ～講師（講演と料理教室）」
- ◇ 2018年10月と11月の2回開催 伊賀市観光イベント「伊賀ぶらり体験博覧会（いがぶら）」にて

野菜ソムリエ上級プロのまるごとバナナのベジフル講座～老舗バナナ工場見学といろいろバナナの食べ比べ～企画と講座講師

- ◇ 2019年1月 松阪農業公園ベルファーム主催教育ファームにて親子料理教室「じゃがいものコロック作り」講師
- ◇ 2019年1月 青空ネット伊賀研修会にてベジフル講座（人参の食べ比べやスムージーなど試食付）@三重県伊賀庁舎
- ◇ 2019年5月 上野商工会議所女性会様より、総会にて「体を作る食の大切さ」をテーマに講演
- ◇ 2019年6月 津中日文化センターにて「美と健康にスムージー講座」開催

◇ 2019年8月 伊賀市教育研究会 食教育部会様より勉強会のご依頼

『体を作ってくれる食の大切さ』講演と伊賀の旬の果物（白鳳梨とぶどう）の食べ比べ体験を実施

※2019年後半～2020年は母の看病とサポート専念で講師活動一時休止。

◇ 2021年1月 三重県四日市市食生活改善推進協議会主催 令和2年度講演会にて講演

演題『知らないで食べるより知って食べるへ 野菜&果物の個性を知って楽しみながら健康に♪体を作ってくれる食の大切さ』

◇ 2021年11月 三重県農業大学校様・1年生の講義を担当

（1時間目ベジフル講座～バナナ編～）（2時間目野菜果物を取り入れた食事と健康との関わり）

◇ 2022年2月 三重県伊賀農業普及センター様より依頼「農村女性アドバイザー研修会」にて講座

◇ 2022年4月より1年間野菜ソムリエコミュニティみえの活動として松阪農業公園ベルファームにおけるローカルフードプロジェクトに参画。毎月サラダレシピを提案し、農家市場内のお惣菜コーナーにて販売していただく

◇ 2022年7月 伊勢市健康課様よりご依頼。市民の皆様に向けて野菜講座を午前と午後の2回で実施

野菜ソムリエが教える！旬の野菜講座～知って食べるを楽しもう♪体を作ってくれる食の大切さ～

この回は夏バテ解消！冷凍野菜の活用方法やスムージー試飲などを交えながら野菜摂取向上を目指す講座を。

◇ 2022年9月 伊賀市たんぼぼ会様よりご依頼。旬の野菜&果物講座

「知って食べる」を楽しもう♪体を作ってくれる食の大切さ【テーマ】ぶどうの食べ比べと残暑を乗り切る食と冷凍活用術

◇ 2022年9月 松阪農業公園ベルファームにて、野菜ソムリエコミュニティみえ担当の親子料理教室

◇ 2022年10月・12月 三重県立あけぼの学園高等学校調理クラスにて出前授業講師

生徒達考案の伊賀の食材を使ったお弁当販売へ向けての授業とお弁当監修「美としあわせのお弁当」

・・・2023年1月に先生方に販売。その様子を朝日新聞、中日新聞伊賀版に掲載されました

◇ 2022年11月 ゆめテクノ伊賀主催「第12回IGA地域情報交流カフェ」にて第2部で講演

◇ 2022年12月 伊賀ぶらり体験博覧会(通称：伊賀ぶら)にて「知って食べる！まるっと伊賀の冬野菜講座」企画開催

◇ 2023年3月 三重県四日市鈴鹿地域農業改良普及センター主催「農産物の魅力発見研修会」にて

第1部は当協会福井理事長のご講演 第2部を担当「野菜ソムリエによる魅力発見ワークショップ研修会」講師

◇ 2023年4月より野菜ソムリエコミュニティみえの活動として松阪農業公園ベルファームにおけるローカルフードプロジェクトに参画。お惣菜レシピを提案し、農家市場内のお惣菜コーナーにて販売中

中澤レシピ「ま・ご・わ・や・さ・し・い栄養バランス炒り豆腐」「鶏とキュウリの美マヨサラダ」など

◇ 2023年7月 伊勢市健康課様よりご依頼2回目。市民の皆様の野菜摂取向上をめざす親子対象の野菜講座（午前と午後の2回）／健康の日における啓発事業「知って食べる！野菜ソムリエと親子で学ぼう！楽しもう♪」

◇ 2023年7月 上野商工会議所青年部様よりご依頼 講演「野菜たべてますか！？地元の食材を知ろう！！」

◇ 2023年7月 松阪農業公園ベルファームにて、野菜ソムリエコミュニティみえ担当の親子料理教室

◇ 2023年8月 伊賀市頼田地区自治協議会女性部様よりご依頼・野菜果物講座「野菜果物大切さ」

◇ 2023年9月 伊賀市諏訪地区市民センター様よりご依頼・野菜果物講座「夏バテ解消スムージーを取り入れて」

◇ 2023年10・11月 いがぶらにて「知って食べる！野菜ソムリエ上級プロのベジフル講座／青パパイヤ編&さつまいも編」を企画実施。調理デモや試食を交えながらの野菜講座

◇ 2023年12月 伊勢市健康課様よりご依頼いただき3回目のベジフル講座。市民の皆様の野菜摂取向上をめざす大人対象の野菜講座（午前と午後の2回）を。テーマを「腸活さつまいもと干し野菜」で試食やデモを交えて実施

2024年

◇ 1月 松阪農業公園ベルファームにて野菜ソムリエコミュニティみえのメンバーで親子調理体験会実施

◇ 3月 三重県より農山漁村のつどいにて講演「三重の食の魅力を知って食べる♪個性を楽しみ心豊かに健康に」

◇ 3月 (株)住まいの和様(リフォーム会社様)よりご依頼いただき、内覧会にてベジフル講座を2日間開催

柑橘食べ比べ、旬の野菜を使ったレシピ1品デモンストレーション試食など

◇ 3月 野菜ソムリエ養成講座通信制地域校伊賀上野教室、70期開催

◇ 4月 野菜ソムリエ養成講座通信制地域校伊賀上野教室、73期開催

- ◇ 5月 たんぽぽの会様「ベジフル講座（テーマ食材：バナナ）～奥が深いよバナナちゃん～」
- ◇ 5月 丸柱地区市民センター様「ベジフル講座～冷凍野菜を活かし方～」
- ◇ 6月 三重県伊賀市倫理法人会「ツナガリズム懇親会」にて、プチ野菜果物講座。バナナ食べ比べなど
- ◇ 6月 農水省東海農政局主催「野菜の消費拡大に関するセミナー～地域の野菜でカラダを元気にしませんか～」第2部
パネルディスカッションでパネラーとして登壇 ↓東海農政局HP



←農水省東海農政局
2024.6 食のセミナー
パネリストとして登壇

<https://www.maff.go.jp/tokai/shohi/seikatsu/iken/seminar/240624.html>

- ◇ 7月 伊勢市健康課様よりご依頼いただき4回目のベジフル講座。市民の皆様の野菜摂取向上をめざす野菜講座（午前：親子対象・午後：大人対象）
- ◇ 7月愛知・常滑にてJAあいち知多女性大学とまとカレッジにて野菜講座「野菜ソムリエの食べ得！知っ得！野菜講座」（冷凍野菜の活用法や目で見て納得大根おろしの消化酵素実験などを交えた食育講座）地元ケーブルTV取材
- ◇ 7月 野菜ソムリエコミュニティみえの活動で、松阪農業公園ベルファームにて親子調理体験会を担当
- ◇ 8月 野菜ソムリエ養成講座通信制地域校・津教室、81期開催
- ◇ 9月 野菜ソムリエ養成講座通信制地域校・伊賀上野教室、82期開催・・・愛知県から受講いただく
- ◇ 10月経営者グループMR様よりご依頼で食と食育をテーマに講演
- ◇ 10月三重県倫理法人会女性委員会主催のイベントにて「野菜ソムリエ上級プロのベジフル講座」で講座
- ◇ 10月JAいがふるさと上野南支店様より食をテーマに講演
- ◇ 11月伊賀市倫理法人会モーニングセミナーにて講話「ご縁に感謝♪自分に与えられて使命とは？」
- ◇ 11月 伊賀市三田地区高砂自治会レクリエーションにてベジフル講座
- ◇ 11月 伊賀市文化都市協会ゆめテクノ伊賀主催「ぶんとキッズアカデミー・ベジフルサイエンス“野菜と果物のパワー”講座」を担当(小学生低学年対象)
- ◇ 12月 JA多気郡奥伊勢地区女性部と大台町社会福祉協議会の共同企画「冬休みの自由研究～野菜ソムリエ上級プロから教わるバナナのひ・み・つ！」にて、バナナをとことん学ぶ食べ比べを交えた食育講座（地域の小学生と大人対象）

2025年

- ◇ 1月野菜ソムリエコミュニティみえで、松阪農業公園ベルファームにて親子調理体験会を担当
- ◇ 1月 （一社）伊賀法人会女性部会「新春講演会」にて講演。演題「知って食べる！心も体もよろこぶベジフル講座」伊賀上野ケーブルテレビ取材
- ◇ 1月 丸柱地区市民センター様「ベジフル講座～冬野菜活用術の巻～」
- ◇ 2月 野菜ソムリエ養成講座通信制地域校・津教室92期スクーリング開催
- ◇ 3月 野菜ソムリエ養成講座通信制地域校・津教室93期スクーリング開催
- ◇ 4月 伊賀市更生保護女性の会阿山支部にて講演
- ◇ 6月 阿山四自治協議会共催事業「知って食べる♪野菜ソムリエ上級プロが伝えるベジフル講座～暑さに負けない身体づくり～」講師
- ◇ 7月 三重県農林水産部より依頼、スマイルくノー様研修会にて講演
- ◇ 10月 紀宝町社会福祉協議会様より講演会「知って食べる楽しさを♪活動するには体が資本！体を作る食の大切さ」
- ◇ 11月 令和7年度三重県栄養改善大会「みえの食フォーラム」にて講演（主催：三重県、三重県栄養士会他）
演題「日々の食事にプラスワンの知識とプラスαの楽しさ」
- ◇ 12月 松阪農業公園ベルファームにて「キッズ野菜ソムリエ育成プロジェクト」開催。協会認定講師として登壇。
8名のキッズ野菜ソムリエが誕生！自分の言葉で好きな野菜や果物の魅力を伝えることを学び発信する取組。
※キッズ野菜ソムリエとは、日本野菜ソムリエ協会が全国展開する年中～小6までお子様対象のプロジェクト。

《レシピ提案・監修》

- ・2022 年～松阪農業公園ベルファーム内お惣菜屋「あしたも」にて、野菜ソムリエコミュニティみえの取組でレシピ提案したお惣菜を販売中
- ・2024 年 10 月伊賀市高山げんき村協議会様の「まこもたけレシピ集」のレシピ提案監修。まこもたけ販売時に添付

《メディア出演など》

- ・2014 年 10 月 中日新聞伊賀版 記事掲載 「野菜嫌いから転身学べる八百屋へ」
- ・2014 年 12 月 FM 三重 RADIO 3（キューブ） 「READY!」に出演
- ・2015 年 1 月 FM 三重 RADIO 3（キューブ） 「はなきん!」に出演
- ・2015 年 2 月 朝日新聞 伊賀版に掲載 中沢青果てくてくオープン初日の様子を
- ・2015 年 2 月 中日新聞伊賀版に掲載 中沢青果てくてくオープン初日の様子を
- ・2015 年 3 月 名張の情報誌『nava』3/14 号に掲載 野菜や果物をおいしく食べて!
- ・2015 年 7 月 伊賀を愛する人のインターネット放送 「i ga ラブ。」に出演
- ・2015 年 12 月 三重の情報誌『NAG I 〜風〜』2016 冬号に掲載「バナナへのこだわりは人一倍! 野菜ソムリエのいる八百屋さん」
- ・2016 年 4 月 中日新聞伊賀版・津版 「中沢青果てくてく」が野菜ソムリエアワード日本野菜ソムリエ協会認定青果取扱部門にて銅賞受賞記事掲載
- ・2016 年 10 月 伊賀上野ケーブルテレビ番組「第 1 回伊賀びと」密着取材出演（講座、仕事風景なども取材）8 分番組
- ・2017 年 11 月 毎日新聞伊賀版「ひと交差点」コーナーに記事掲載、「野菜の魅力講座でPR」
- ・2018 年 5 月 伊賀上野ケーブルテレビガイド誌 5 月号「伊賀のがんばる人応援第 2 回目」取材掲載
- ・2018 年 6 月 伊賀市文化都市協会発行「ぶんと 6 月号」の表紙写真と活動記事掲載（伊賀市広報で伊賀市全戸に配布）
- ・2020 年 8 月 伊賀上野ケーブルテレビより取材 「831（野菜）の日を前に夏バテを防ぐお野菜果物を紹介」
- ・2022 年 1 月 日本野菜ソムリエ協会 20 周年記念刊行誌「野菜ソムリエ名鑑 vol.1」で
全国で活躍中 100 人の野菜ソムリエの 1 人として掲載される。全国に一般書店やECサイトで発売中。
- ・2022 年 8 月 6 万人の頂点を決める第 11 回野菜ソムリエアワード「個人部門」金賞受賞
 - ・2022 年 8 月 17 日 毎日新聞伊賀版に掲載 第 11 回野菜ソムリエアワード「楽しい食で心身健やかに」
 - ・2022 年 8 月 22 日 農経新聞「第 11 回野菜ソムリエアワード」結果が 1 面に掲載
 - ・2022 年 8 月 30 日 読売新聞伊賀版に掲載
 - ・2022 年 8 月 31 日 朝日新聞伊賀版に掲載
 - ・2022 年 9 月 7 日 中日新聞・伊賀版に掲載
- ・2022 年 8 月 31 日 メ〜テレ（名古屋テレビ）夕方の番組「アップ!」上坂アナの調べてきました!のコーナーに出演。「野菜の日」日本一の野菜ソムリエ直伝!時短&栄養アップ冷凍野菜レシピと題して、野菜たっぷりドライカレーも紹介



←2022 年野菜の日
メ〜テレ「アップ」出演

メ〜テレニュース公式 YouTube チャンネル→<https://youtu.be/tcy-jVOMr2Q>

- ・2022 年 8 月 31 日 岡本栄伊賀市長を表敬訪問。野菜ソムリエアワード金賞受賞のご報告
- ・2022 年 8 月 31 日 NHK 津放送局より取材（店舗でインタビューと市長訪問）「まるっとみえ」と翌日ニュースにて紹介
- ・2022 年 8 月 31 日 BS よしもとの番組「ワシんとこ・ポスト」にリモート生出演。業界んとこニュースのコーナーにて約 30 分出演。農経新聞に掲載されたアワード結果の記事を受けて、ご紹介いただきベジフルギフトも紹介していただきました。
- ・2022 年 10 月 21 日 三重テレビ放送「MIE ライブ」情報ライブのコーナーに生出演（約 19 分）野菜の豆知識など
- ・2022 年 10 月 日本野菜ソムリエ協会発行「野菜ソムリエ通信」掲載（第 11 回野菜ソムリエアワード金賞受賞記事）

・2022年11月 日本野菜ソムリエ協会発行メルマガ「思ひ出の味」コラム記事
掲載～おばあちゃんの茹で干し大根の煮物

https://831s.sakura.ne.jp/story_new/memory221116/



←野菜ソムリエ協会
「思ひ出の味」コラム掲載。
私の原点かな

・2023年1月 朝日新聞三重県版、中日新聞伊賀版に掲載

出前授業とお弁当監修をさせていただいた「三重県立あけぼの学園高等学校調理クラスの生徒たちのお弁当販売取り組み紹介」

・2023年9月 中日新聞三重県版に、諏訪地区市民センターでのベジフル講座の様子を掲載

・2023年9月 伊賀上野ケーブルテレビ「i-city ニュース」にて同上の講座の様子を放送

・2023年11月 タウン情報新聞「YOU」3面に人物紹介の記事掲載

「知って食べる魅力発信・野菜ソムリエ日本一／伊賀市の中澤さん」

<https://www.iga-younet.co.jp/2023/11/17/83573/>

・2024年5月 伊賀上野ケーブルテレビ「i-city ニュース」にて、特集にて伊賀の旬野菜「アスパラガス」を紹介

・2024年8月 三重テレビ「ゲンキ！みえ！生き活きリポート」

野菜ソムリエコミュニティみえにて出演

<https://www.youtube.com/watch?v=ZSD85witQCK>



野菜ソムリエコミュニティみえ
←2024.8 三重テレビ出演
(三重テレビYouTubeより)

・2024年10月農水省東海農政局より取材を受け、現在東海農政局HPに記

事を掲載いただいている →【農林水産省

東海農政局ホームページ（ミニコミ誌） <https://www.maff.go.jp/tokai/shohi/seikatsu/mc/241012.html>

・2024年10月伊賀上野ケーブルテレビ「i-city ニュース」にて、特集にて旬の野菜「さつまいも」を紹介

・2025年5月 中日新聞10面『くらし調査隊』コーナーにて「ほうれん草について」の質問に対する回答記事掲載

・2025年10月 名古屋テレビ「ドデスカ+」メ〜ロメロポストコーナーにリモート出演。コレは!?不思議な形の野菜に回答

・2025年11月 中日新聞三重版「ご相伴！三重ごはん」に大きく掲載～青果の魅力、食育で発信～

※ご参考までに・・・

- 野菜ソムリエ資格者数（2025年3月末現在）※2017年1月10日より野菜ソムリエ資格名称が変更

《総資格取得者数 64,001名》 <https://www.vege-fru.com/doc/news/24/2403.pdf>

- 野菜ソムリエ（旧名：ジュニア野菜ソムリエ）初級資格 64,001名（三重県内611名）
- 野菜ソムリエプロ（旧名：野菜ソムリエ）中級資格 3,179名（三重県内29名）
- 野菜ソムリエ上級プロ（旧名：シニア野菜ソムリエ）上級資格 147名（三重県内1名）

- 野菜ソムリエコミュニティみえの活動について ブログやInstagramで発信中 <https://ameblo.jp/ysc-mie/>

◆第12回・13回野菜ソムリエアワードグループ部門で「野菜ソムリエコミュニティみえ」最終選考進出

●野菜ソムリエ初級資格の受講割引クーポンあり。ご興味ございましたらお声かけください。