

# 認知機能の向上につながる 脳トレ料理と家事の研究

フードエデュケーションスクール  
株式会社 IKUTA Kitchen



## IKUTA Kitchenのミッション

学びとチャレンジで食の本質を伝える



生きる力を育てる教室  
料理のほかに家事もできるように



## 親をもてなす料理教室 こども寿司屋



## 料理で脳トレ IKUTA kitchen

- IKUTA Kitchenは2005年より大学生・専門学校の若者や子供対象に食育料理教室を主宰している。
- 2011年からは3歳からのこども料理教室を毎週土曜日に開催し続けている
- 参加人数は延べ5000人以上
- 献立を考え、段取りを考え、でき上がりを想像しながら手を使って作業し、味や香り、音などを感じる...
- 親子で料理をつくり、食卓を囲み、そこには会話や笑顔あふれる世界がある。
- 料理の力は心と脳を育むのではないかと想像する。

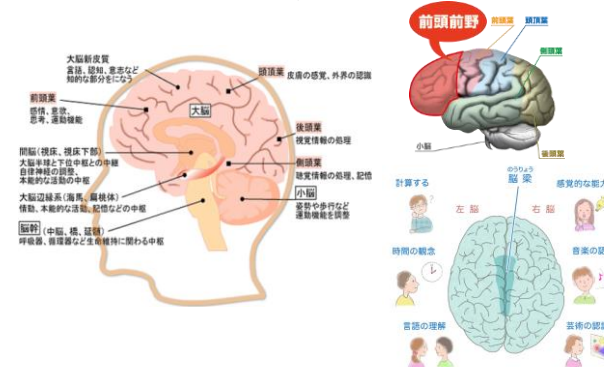
料理は、脳への刺激・脳活性が生じると  
川島隆太先生と大阪ガスの計測実証済み



## IKUTA Kitchenの料理コンセプト



## 料理をすることは脳科学からみてどの分野がどう動いているか？をもっと知りたい



手料理のすばらしさやおむすびの力を脳科学的に研究したい！！



ふるさとの料理や昔食べていた料理が認知機能の向上につながるのかを研究したい！



料理や家事が認知機能の予防・改善につながるのかを研究したい！



認知機能の向上・予防・認知症対策を強化するために

私のこれまでの人生は困ったこと・つまり世の中の問題を解決することがミッションだったと思います

これからも自社の強みを生かし、活かし世の中の役にたつサービスを開発しチャレンジし続けます。

こども料理教室で培った料理や家事カリキュラムを認知科学に役立てたい！  
スマート・エイジング 料理・家事プログラム(仮)を開発して世界に広めたい！

