

食養ファーマーズアカデミー（SFA）

堀越本校



— SHOKUYO FARMERS ACADEMY —

『土を耕し、自分を耕す。』

食と農で人生を再設計する、大人のための週末農学校

開校予定日	2027 年 2 月 11 日（祝・建国記念の日）
学習期間	2027 年 2 月から 2028 年 1 月までの 12 か月間
場所	北九州市小倉南区堀越（高智神社から徒歩 1 分の圃場）
定員	第 1 期創校メンバー 限定 10 組 [家族同伴制度あり]
開催形式	畑実習 月 2 回／座学（オンライン ※マルシェ時は対面想定） 月 2 回／自主学習
主催・運営	合同会社食養メディア
校長・事業責任者	外園明博
運営窓口	食養ファーマーズアカデミー事務局

※この募集要項について

本書は、食養ファーマーズアカデミーへの受講を検討される方に、受講内容・料金・制度・申込条件等の主な内容をご確認いただくための資料です。支払期限、キャンセル・返金、休学、家族同伴、個人区画の利用、安全管理等の詳細条件については、確定した内容を本申込前に提示する受講規約・本申込案内等でご案内します。本申込は、受講規約および正式な申込条件をご確認・同意いただいたうえで手続きください。

土づくり・食養・暮らし・半農半 X・地域共創を、一年間の実践でつなぐ。

01 アカデミーの理念と基本設計

単なる農業技術の習得ではなく、食と農を通じて人生を再設計する場です。

食と農は、単なる趣味や副業のテーマにとどまらず、人生の土台になり得るものです。

食養ファーマーズアカデミーは、土・食・暮らし・働き方を一つの循環として捉え直し、食と農を通じて人生を再設計するための、大人のための週末農学校です。

週末の農を入口に、身体感覚、食卓、家族との関わり、半農半X、地域共創、これからの暮らし方までを自分の生活へ落とし込むことを目指します。

本アカデミーは、農業技術の習得だけを目的とする場ではありません。「食と農の学びのプラットフォーム」として、次の4つを基本方針としています。

①	土壌起点	土・食・暮らし・働き方を一つの循環として捉える
②	現場主義	五感を使い、手触りのある体験から本質を掴む
③	実装重視	学びを憧れで終わらせず、日常の思考と行動へ落とし込む
④	自走する学び	家族・地域・未来につながる行動へ結びつける

◆ こんな方におすすめです

- ・自分や家族の健康、食卓を整えたい方
- ・農のある暮らし、家庭菜園、有機栽培を始めたい方
- ・仕事中心の生活から離れ、自然とつながる時間を持ちたい方
- ・半農半Xや地域との関わりに関心がある方
- ・食と農を通じて、生き方を学び直したい方

◆ 次のような場合は、ご期待に沿えない可能性があります

本校は、土・食・暮らしの本質に時間をかけて向き合い、観察・記録・実践を重ねる学びの場です。次の目的が中心の場合は、期待する内容と異なる可能性があります。

- ・短期間で、大量生産型の農業技術だけを習得したい方
- ・効率や収量、正解だけを重視したい方
- ・土や自然と向き合う時間を、あまり必要としない方
- ・暮らしや生き方を見つめ直すことに、現時点では関心がない方
- ・自ら観察し、記録し、実践するよりも、答えだけを求める方

ご自身に合うかどうかご不安な場合は、個別相談にて事前にすり合わせいただくことをお勧めします。

02 3つの学習到達点

土から学び、食までつなげ、人生へ実装する。3つの段階を通じて、有機野菜づくりの上達にとどまらない、実践的な学びを積み重ねます。

到達点	学ぶ内容	修了時に目指す状態（例）
① 土から学ぶ	菌ちゃん農法、自然農法、有機農法を横断し、土が育つ原理原則を五感で理解する。	小さな畑や家庭菜園について、土づくり・作付け・観察・記録の基本を自分で計画し、実装できる。
② 食までつなげる	年間約 30 品目の有機野菜栽培を通して、育てる、食べる、整える、暮らすまでを一体で学ぶ。	収穫物を季節の食卓へつなげ、家庭で継続できる食養の実践テーマを定められる。
③ 人生につなげる	週末農業、半農半 X、副業、家族の食育、地域共創など、自分の働き方・暮らし方へ接続する。	卒業後の実践計画を自分の言葉で作成し、自分に合う最初の一步を具体化できる。

03 技術習得型の農業スクールとの比較イメージ

比較項目	一般的な技術習得型の農業スクール	食養ファーマーズアカデミー
学びの焦点	野菜づくりや生産技術の習得	土・有機野菜栽培・食養・暮らし・事業を統合して捉える
習得する力	栽培管理、農機操作など	自然の循環を観察し、自分の現場へ実装する力を育む
学びを実装する場所	畑の中で完結しやすい	自分・家庭・仕事・地域へ接続する
卒業後に目指す姿	家庭菜園・農業実践・就農など	自給自足・半農半 X・副業など、自分に合った形で農を実装する

比較の考え方

- ✓ 他校の教育価値を否定するものではありません。
- ✓ 本校は、農業技術を生活・働き方・地域との関わりまでつなぐ点に重点を置きます。

食養ファーマーズアカデミーは、
有機農業の技術指導にとどまらず、食と農を通じて生き方を耕す学校です。

04 年間カリキュラム（2027 年 2 月～2028 年 1 月）

土づくりから年間約 30 品目（春夏 20 品目、秋冬 10 品目）の有機野菜栽培、食養、半農半 X、地域実装、卒業計画まで段階的に学びます。

天候、季節、作物の生育、受講者の状況により、内容や順序を調整する場合があります。

月	畑実習	座学/食養実践	人生設計
2 月	土壌診断／ポケット催芽、菌ちゃん高畝作り・資材調達	アカデミーの目的・学び方／作付計画（春夏作）／良い土とは	自分の目標設定 自己診断テスト（Before）
3 月	土づくり（有機肥料）／畝立て／耕運機や農具の使い方	人間と野菜の健康とは／良い土とは／作付計画／草の種類	価値観マップシート
4 月	春野菜の播種／お世話／不織布／ぼかし肥料／堆肥づくり	農法の基礎（農薬・肥料）／堆肥&ぼかし肥料作り基礎	家庭での実践計画
5 月	夏野菜の苗定植／コンパニオンプランツ／病害虫対策	夏野菜栽培の基礎と手入れの仕方／苗の選び方／野菜の相性	農地の探し方等
6 月	夏野菜のお世話（仕立て）／収穫	仕立て方の種類／収穫野菜の食べ方・食卓への活かし方	観察記録の共有
7 月	夏野菜のお世話（摘葉・摘果等）／収穫	収穫の仕方／発酵・保存食の基礎／病害虫対策／確認テスト	中間レポート／中間成果発表
8 月	土づくり（太陽熱消毒等）／畝立て／ポット育苗／収穫	秋冬野菜の特徴、作付計画（秋冬作）／季節の食養	後半の目標再設計／マルシェ企画（グループ）
9 月	秋冬野菜の播種／収穫	堆肥作り基本／病害虫対策／季節の食養	マルシェ準備
10 月	秋冬野菜の定植／お世話／収穫	害虫と益虫／食養ワークショップ①	マルシェ準備
11 月	秋冬野菜の土寄せ／間引き／収穫	秋冬野菜の基礎と手入れの仕方／食養ワークショップ②	マルシェ販売／堀越収穫祭／農業経営計画（新規就農）
12 月	秋冬野菜のお世話／収穫	大根の加工・保存方法（保存食作り）／食卓と暮らしの変化	卒業計画作成／マルシェ振り返り
1 月	秋冬野菜のお世話／収穫／畑の片付け	総復習／修了テスト	卒業レポート／最終成果発表／自己診断テスト（After）

◆ 授業形式・開催頻度

- ・ 現地実習 | 年間 24 回（原則第 2・4 土曜日 9:00～12:00）
- ・ オンライン講義 | 年間 24 回（原則第 1・3 土曜日 20:30～21:30）
- ・ 年間合計 48 回 + 1 組 1 区画の個人区画（1 年間利用）を活用（授業で学んだ内容を、自ら観察・実践・記録する自主学習の場として個人区画を活用する予定です。1 組あたり 1 区画。）
※天候・作物の生育状況等により、現地座学・別実習への変更または日程調整を行う場合があります。
※年間日程は開校前ガイダンスで案内します。

◆ 修了要件

原則として、①畑実習・座学それぞれ 80%以上の出席、②農作業日誌・学習記録の提出、③中間レポート・中間成果発表、④修了テスト、⑤卒業レポート・最終成果発表の完了を必要とします。

※病気・仕事・家族事情等によるやむを得ない欠席については、授業内容に応じて代替課題等を修了判定に考慮する場合があります。

05 学びを支える受講生専用サイト

畑で学んで終わりではなく、学びを日常へつなげる。

畑実習や座学で学んだ内容を、**授業後も継続して実践できる**よう、受講生専用の学習環境を整備します。講義資料・動画による復習、農作業日誌、作付け計画、質問・交流などを通じて、「**学ぶ → 実践する → 記録する → 振り返る**」を一年間サポートします。

以下は、開校までに提供を予定している主な機能です。

※掲載している機能は提供予定の内容を含みます。提供開始時期、利用方法、追加・変更される機能等の詳細は、開校前ガイダンス等でご案内します。

主な機能	受講生ができること
ガイダンス・講義資料	年間予定やオリジナルの授業資料をいつでも確認・ダウンロードでき、予習・復習に活用できます。 ※データの使用規定は、受講規約に準じます
講義動画ライブラリ	講義動画（栽培ポイント）を振り返り、自分のペースでいつでも、どこでも、スマホ 1 台で繰り返し学習することができます。
作付け計画	季節ごとの野菜や作業時期を設計・整理し、自分独自の栽培計画を立てられます。また、他者事例として、受講生の作付け計画を共有し合うことも可能です。
農作業日誌	作業・生育・気づきを有機農業のフレームワークの観点から選択及び記録し、1 年間の成長と栽培経験をデータとして蓄積することができます。
季節の食養レシピ	収穫した旬の野菜を、家庭の食卓や食養の実践につなげ、自分だけのオリジナルレシピを記録及び蓄積し、受講生に共有することもできます。
オンライン勉強会	授業以外にも講師または受講生 & 卒業生によるオンライン勉強会で学びを深め、継続的に知識を深めたり、整理することができます。
質問・交流チャット	栽培の疑問を講師や受講生に直接質問したり、受講生同士で気づきや実践を共有することで、多様なケーススタディを学び合うことができます。
収穫・マルシェ情報	収穫、マルシェ、販売体験、地域イベント等の情報を共有し、受講生同士の実践や交流につなげます。
農場登録・農場訪問	卒業生の農場や情報を確認し、訪問リクエストを送ることで、卒業後の交流、援農、情報交換等の学びにつなげる機能を予定しています。

06 受講料・費用（税込）

項目	金額（税込）	内容
入学金	11,000 円	受講登録、開校前ガイダンス、初期教材等（初年度のみ）
年間受講料	396,000 円	畑実習（年 24 回）、座学（年 24 回）、食養実践・人生設計の年間プログラム
初年度サポート費	13,200 円	受講生専用サイト、講義動画・資料、農作業日誌、質問・交流環境等（初年度必須）
通常初年度総額	420,200 円	入学金＋年間受講料＋初年度サポート費

※受講料以外に、各個人区画の作付け計画にあわせて、種や苗、資材（支柱や被覆資材など）を各自でご用意いただきます（年間 1 万円程度）。詳細は、本申込時にお伝えします。

第 1 期 創校メンバー[限定 10 組] 1 組あたり特別価格 370,200 円（税込）

通常初年度総額 420,200 円から 受講料 50,000 円割引

12 か月換算 30,850 円／月相当

※月払いを意味するものではありません。

◆ お支払いについて

区分	本申込時	5 か月目	合計
通常価格	210,100 円	210,100 円	420,200 円
創校メンバー価格	185,100 円	185,100 円	370,200 円

- ・お支払いは、原則として**本申込時と受講開始 5 か月目の 2 回払い**です。お支払い方法は**銀行振込**となります。一括払いまたは 3 回以上の分割払いをご希望の場合は、事務局へご相談ください。

◆ 各種制度

- ・**家族同伴制度**：受講者 1 組につき、登録家族 1 名まで事前申請制で無料同伴できます。18 歳以下の家族は同伴人数に含みません。同伴者を含む参加者全員の事前登録が必要です。個人区画は 1 組につき 1 区画です。
- ・**再受講制度**：卒業後 1 年間、対象授業を無料で再受講できる制度を設けます。対象授業、事前申請、定員、家族同伴等の条件は、受講規約・事前案内をご確認ください。個人区画はありません。
- ・**休学制度**：やむを得ない事情がある場合、休学制度を利用できる場合があります。対象条件、申請方法、休学期間、受講料・返金、学習補完および復学等の詳細は、本申込前に提示する受講規約をご確認ください。
- ・**学び合いコミュニティ**：受講期間中の質問・交流・学習支援環境を初年度サポート費に含みます。

※各制度の対象・利用条件等の正式な内容は、受講規約・本申込案内・事前案内等をご確認ください。

※同伴者を含む参加者全員は事前登録制（申込書に記入）とします。

※18 歳以下は保護者同伴を必須とし、年齢や安全上の理由により、作業内容・使用農具を制限する場合があります。

※キャンセル・途中退学・返金等の条件は、本申込前に提示する受講規約をご確認ください。

07 創校メンバー制度

第1期 創校メンバー限定 10組募集

受講するだけでなく、これからの学校を、ともにつくるパートナーとして。

第1期 創校メンバー特別価格

370,200 円（税込）

第1期 10組限定 | 通常初年度総額より 受講料 50,000 円優遇

◆ 創校メンバーとともにつくる、5つの運営方針

1. 第1期は10組限定の少人数制で運営します。
2. 受講生からの意見・フィードバックを、今後の学校運営やカリキュラム改善に活かします。
3. 講義だけでなく、畑での実践・記録・振り返りまでを一年間の学習として設計します。
4. 学びを家庭・仕事・地域へつなげる実践を支援します。
5. 卒業時には、それぞれの次の一步を具体化する実践計画づくりを支援します。

◆ 創校メンバーの皆さまへお願いすること

創校メンバー制度は、第1期生の学びや声を、これからの学校づくりへつなげる制度です。受講期間中、次の事項へのご協力をお願いします。

- ・受講後アンケートへの回答
- ・学習記録・農作業日誌の作成・提出
- ・授業・カリキュラム・運営に関するフィードバック

※創校メンバー制度は、これからの食養ファーマーズアカデミーとともに育てる特別な制度です。

08 早期申込特典

2026年10月31日までに本申込を完了された方限定

入学前から食・農・暮らしについて学びを始めていただけるよう、3つの早期申込特典をご用意しています。

※特典の対象条件・提供時期・提供方法等の詳細は、本申込案内にてご案内します。

特典 01 | 食と自然農で整えるライフシフト [PDF]

入学前に、食・農・暮らしを見直すための実践ガイド。

特典 02 | 食養ライフスタイルガイド [PDF]

日々の食卓や生活習慣に食養を取り入れるための入門ガイド。

特典 03 | 書籍『現代病を防ぐニッポンの知恵』

校長・外菌明博の食養思想と、その原点を学ぶ一冊



09 受講開始までの流れ

STEP	内容
1	説明会申込
2	説明会・個別相談
3	現地見学会（推奨）
4	本申込・受講規約確認・お支払い手続き
5	開校前ガイダンス・受講準備
6	受講開始（2027 年 2 月 11 日）

※現地見学は、受講前に学習環境をご確認いただくため推奨していますが、本申込の必須条件ではありません。

10 よくあるご質問

質問	回答
農業未経験でも参加できますか？	はい。農業経験のない方もご参加いただけます。 初心者の方が基礎から段階的に学べるよう、土づくり・栽培・記録・振り返りを一年間で学ぶカリキュラムを設計しています。
開催曜日・形式を教えてください。	畑実習は月 2 回（隔週土曜日 9:00～12:00 を中心に想定）、座学は月 2 回、原則オンラインで実施します。天候、季節、作物の生育状況、プログラム内容等により、日程・時間・開催形式を変更する場合があります。
毎回参加できない場合はどうなりますか？	欠席時の講義資料・動画等による学習フォローの範囲は、授業内容や開催形式により異なります。詳細は受講規約でご案内します。
家族や子どもと一緒に参加できますか？	はい。受講者 1 組につき、登録家族 1 名まで事前申請制で無料同伴できます。18 歳以下の家族は同伴人数に含みません。同伴者を含む参加者全員の事前登録が必要です。安全管理等の詳細は、受講規約・事前案内をご確認ください。
募集定員を教えてください。	第 1 期創校メンバーは 10 組（家族同伴 1 名無料）です。 定員に達した場合は、受付を終了する場合があります。
創校メンバーには、どのような協力が必要ですか？	受講後アンケート回答、学習記録・農作業日誌の作成・提出、授業カリキュラム・運営へのフィードバック等のご協力をお願いします。
支払い方法・分割について教えてください。	お支払いは銀行振込による原則 2 回払いです。創校メンバー価格は、本申込時 185,100 円、受講開始 5 か月目 185,100 円です。一括払いまたは 3 回以上の分割払いをご希望の場合は、事務局へご相談ください。
途中で通えなくなった場合は？	病気・転勤等、受講規約に定める事由に該当する場合は、休学制度を利用できる場合があります。休学期間、手続き、復学等の詳細は受講規約をご確認ください。
キャンセル・返金について教えてください。	キャンセル・退学・返金等の条件は、本申込前に提示する受講規約に定め ます。内容をご確認・同意いただいたうえで、本申込手続きへお進みくだ さい。
修了証は発行されますか？	所定の修了要件を満たした方に「食養ファーマーズアカデミー修了証」を 発行する予定です。本修了証は公的資格ではありません。修了要件の詳細 は、開校前ガイダンス等でご案内します。

11 校長・代表講師プロフィール

外菌明博（ほかどの あきひろ／ぞの先生）

- ・食養ファーマーズアカデミー 創設者・校長
- ・合同会社食養メディア 代表社員
- ・学校法人・企業等の食育経営戦略支援
- ・あすか農園 代表
- ・公認 菌ちゃん畝作り屋さん
- ・京都大学大学院農学研究科社会人履修 PG 修了
- ・グロービス経営大学院経営学修士課程修了（MBA）
- ・年間 50 品目以上の有機野菜を栽培

元高校教諭として、不登校の生徒やその家庭と向き合う中で、人が健やかに育つ土台は、学校教育だけでなく、土から始まる日々の食卓・暮らし・家族・農村社会にあることを実感。

その後、国際協力、地方行政、監査法人（地方創生）、学校法人等の現場を経て、現在は学校法人・企業・地域とともに、食育・農育・地域共創の仕組みづくりを実践しています。

自らも畑に立ち、菌ちゃん農法・自然農法・有機農法を横断的に実践。

「健康な土から食へ、食から暮らしへ、暮らしから人生へ」をつなぐ学びを届けています。

著書 | 『現代病を防ぐニッポンの知恵（幻冬舎）』

12 お申込み・お問い合わせ

まずは、ご自身の暮らしに食と農をどう取り入れたいか、一緒に整理するところから始めましょう。

受講をご検討中の方 → 無料説明会を申し込む

※説明会参加後、希望される方には現地見学日程をご案内します。

[無料説明会・現地見学・お問い合わせ]

以下の QR コードまたはリンクからご予約いただけます。公式 LINE にご登録済みの方は、リッチメニューの「説明会に参加する」からお申し込みいただけます。



URL : <https://farmersacademy-horikoshi.com/apply>

土を耕し、自分を耕す。食と農で、これからの暮らしと人生を再設計する一年を。