



スポーツのための食事学 アスリートフードマイスターによる スキルアップセミナー

過去にアスリートフードマイスター養成講座(ジュニア・アスリートフードマイスターコース)を受講された方のフォローアップセミナーとして、先輩アスリートフードマイスターによる「アスリートフードマイスターによるスキルアップセミナー」を開講します。スポーツランドみやざきを訪れるアスリートの為の食事について、講座で学んだことを再確認できるセミナー内容です。受講されていない方のご参加も可能ですので、ぜひこの機会をご活用ください。

- ◇対象者：県内の飲食店、ホテル・旅館などの宿泊施設、スポーツ施設（ゴルフ場なども含む）、学生寮など食事を提供する施設をもつ学校法人など（そこで働いている方）
- ◇受講条件：処遇改善計画書の提出ができる企業、法人、個人事業主
- ◇会場：宮日会館（宮崎市高千穂通 1-1-33）
- ◇定員：30名 ※締切 1回目：9月28日（月） 2回目：11月2日（月）
- ◇受講料：無料

回数	日程	時間	概要
1回目	10月5日（月）	14:00～16:00	テーマ：マラソンレース1ヶ月前の食事学 1) レース直前の食事学 2) 完走するためのメニューとは 3) 自己記録UPを目指すカラダ作り
2回目	11月10日（火）	14:00～16:00	テーマ：スポーツキャンプ中の食事学 1) プロスポーツ選手の食事学 2) プロ野球、Jリーグキャンプ中の食事について 3) プロスポーツ選手のメンタル食事とは

※カリキュラム内容、会場及び担当講師につきましては急きょ変更になる場合がございます。御了承下さい。
※どちらかの講座だけの受講も可能です。

【アスリートフードマイスターについて】

アスリートにとって、食事はトレーニングと同様に最重要であり、試合で最高のパフォーマンスを発揮するために「食事で失敗しない」ことは必須条件です。アスリートフードマイスターは、スポーツに携わる全ての人へ、食事とスポーツの関係性と重要性をわかりやすく伝え、その人に適した身体作りをサポートする人材です。

※2015年10月より資格名称が変更となります。

旧：ジュニア・アスリートフードマイスター
旧：アスリートフードマイスター

新：アスリートフードマイスター3級
新：アスリートフードマイスター2級



みやざきフードビジネスアカデミー事務局

TEL:0985-61-6118 FAX:0985-61-6119

〒880-0811 宮崎市錦町1番10号

宮崎グリーンズフィアビル7階(KITENビル)

E-mail: kensyu@mfbj.jp

【講師プロフィール&写真】土屋 里恵さん



アスリートフードマイスター、全米アクアエクササイズインストラクター、
ペルビック（骨盤）マスタートレーナー

ボディメイクトレーナーとして仕事をする傍ら、マラソンをする競技者。
大人も子供も、身体は食べたもので出来ています。怪我や不調・パフォーマンス低下など、
食事の大切さやタイミングなどの食の知識は勿論、自分自身の経験から得た事を分りやすく
伝えている。

【講師プロフィール&写真】中坪 元気さん



アスリートフードマイスター、食生活アドバイザー

『食』が面白くなる会社”フードルーフ LLC.代表。大学、大学院で学んだ食品科学や栄養学と
食品会社勤務の経験を活かし、
アスリート・ビジネスマンの栄養指導や企業のコンサルタント（商品開発、ブランディング）
を行っている。
プロボクサーをクライアントに抱え、栄養指導した高校野球部が県ベスト4になるなど確かな
実績とともにわかりやすく楽しい話しぶりが評判。

▼ アスリートフードマイスターによるスキルアップセミナー 申込書

下記フォームに必要事項をご記入の上、FAXにてお申込みください。

事業所名			
住所	〒 -		
連絡先	TEL	FAX	
メールアドレス			
氏名（ふりがな）		役職	
氏名（ふりがな）		役職	
処遇改善の 同意について	セミナーに参加する事業者は、セミナーを受講することによって売上等を向上させるとともに、 そこで得た利益等を活用し従業員の処遇を改善するよう努力していただく必要があります。 宮崎県受託事業のため、参加条件として講座1回1人参加毎に10万円以上の処遇改善計画書を 提出することに同意していただく必要があります。 ※処遇改善についてご不明な点などございましたら、運営事務局までお気軽にお問い合わせください。		<input type="checkbox"/> 同意します <input type="checkbox"/> 同意しません
個人情報の 取り扱いについて	お申し込みにあたり、個人情報は以下の目的で使用させていただき、適切に管理いたします。 1. 実施にともなう参加者等への連絡のため 2. 県への報告書類及び個人を特定しない統計情報の作成のため 3. 同様のセミナー・イベント等のご案内のため 4. セミナー中に撮影させていただいた写真データの Web サイトへの掲載のため		<input type="checkbox"/> 同意します <input type="checkbox"/> 同意しません

FAX: 0985-61-6119

みやざきフードビジネスアカデミー 事務局 行



みやざきフードビジネスアカデミー事務局

TEL:0985-61-6118 FAX:0985-61-6119

〒880-0811 宮崎市錦町1番10号

宮崎グリーンズフィアビル7階(KITENビル)

E-mail : kensyu@mfb.a.jp