

体質・体調別の発酵食の摂り入れ方を身に着ける『発酵ライフプランナー』リリース

一般社団法人 CHO-JIN 食育協会(以下、食育協会)は、体調を整える発酵食の摂り入れ方を身に着ける『発酵ライフプランナー』資格を 2019 年 10 月 26 日にリリースします。

《 一般社団法人 CHO-JIN 食育協会とは 》

腸内環境を整え、便秘や腸からくる不調の改善を目指す為の知識を身に着ける“ロンジェビティフードアドバイザー”資格を運営しています。“ロンジェビティフード”は“長寿の食事”を意味します。日本の伝統的な和食を起点に、自身の腸の不調を改善する知識を有するアドバイザーのことです。

《 発酵ライフプランナー概要 》

■開催時期

2019 年 10 月 26 日～

■発酵ライフプランナーとは

管理栄養士が 5,000 人以上の食事サポート経験から導き出した『体調・体質別の発酵食の摂り方』を身に着けることができます。

■発酵ライフプランナーカリキュラム

○腸の基礎

- ・なぜ、発酵が腸を整えるのか
- ・腸の役割(消化・吸収・排泄)
- ・腸内環境を整えるメリット

(肌・便秘・下痢・メンタル・ダイエット・病気の予防など)

- ・なぜ、いま腸なのか

○発酵の理論

- ・発酵とは
- ・発酵食を摂り入れるメリット
- ・発酵食によっておこる体への作用
- ・発酵によっておこる食品中の変化

(栄養価・消化吸収など)

○発酵ライフプラン

・個々に合わせた発酵食の摂り入れ方

(量・時間・タイミング)

・発酵食を摂り入れる際の注意点

(ダイエット・血圧・妊娠中・乳幼児など)

・発酵食をさらに効果的に摂り入れる組み合わせ など

※内容は予告なく変更になる可能性があります。

■受講時間

6 時間※昼食休憩含む

■資格取得費用

・ 55,000 円(税込み)

(テキスト代・認定料・初年度年会費含む)

※翌年より 5,000 円(税込み)の年会費がかかります。

■主催者

一般社団法人 CHO-JIN 食育協会 代表理事/管理栄養士 加勢田千尋

【 経歴 】

大学卒業後、クリニックなどで 5000 人以上の栄養指導・食事アドバイスをを行う。その後、企業にて特定保健指導や健康指導の講師を勤める。独立後、腸に特化した食育資格ロングエビティフードアドバイザー資格を監修する。

自身も幼い頃からアトピーや腸の不調に悩まされ続け、腸内環境を整える食事法により 3 か月で不調を改善。現在は薬やサプリメントに頼らない食事法を伝えている。

【 実績 】

・テレビ東京「主治医が見つかる診療所」「腸内環境を超良くする方法」出演

・フジテレビ系列 「おふくろさん」取材協力

・「からだにいいこと」様 5月号掲載 (2018年3月15日発売号)

・「女性セブン」様 2016年4月14日号掲載/2015年8月27日号掲載

・株式会社タカギ様 CC カフェにて連載中

・12,000 人の先生がいるストアカにて 2017 年度『新人先生賞』受賞
など多数

【 CHO-JIN 食育協会 WEB】 <https://cho-jin-school.jp/>

【 LINE@ID 】 @cho-jin1001

■ お問い合わせ先

一般社団法人 CHO-JIN 食育協会 代表理事 加勢田 千尋

E-mail アドレス : chojin.school@gmail.com