

食アスリートアドバイザー養成講座

2026年8月17日・8月21日・8月24日開催

スポーツをしている人を「食」からサポートしませんか？

健康な身体の土台を作り、身体の機能を高めるためのスポーツ栄養学の基礎知識を学びます。さらに、アスリートの食べることに對する意識と食べ物を受け止める身体の機能を高める「食アスリート理論」を学び、実践します。本講座でアスリートやスポーツをしている人を支えるための食と栄養の知識を身につけると、「食アスリートアドバイザー」の資格認定を得ることができます。



健康スポーツ関連企業（フィットネスクラブなど）、公共スポーツ施設、老人福祉・介護施設、保育所・幼稚園、スポーツチームなどの現場で活かせる資格です！

講師



田代シマ

食アスリートシニアインストラクター
健康食育シニアマスター
公認スポーツ栄養士
管理栄養士
健康運動指導士

私自身もスポーツ現場における栄養サポートの知識を更に深めるために受講しました。資格取得後は、知識やスキルを得るだけでなく、実際に現場に関わるチャンスもあります。ぜひ一緒に、学んでみませんか？

カリキュラム

カテゴリー		項目
健康理論	1	健康食育の基礎
	2	健康実現の必要条件
	3	栄養と身体の関係
	4	消化と吸収の重要性
	5	食と心身のつながり
食事理論	1	食を取りまく環境の変化
	2	食事バランス
	3	食選力の視点
	4	食生活と代謝
	5	身体の機能と老化
食アスリート理論	1	食アスリート理論ベーシック1
	2	食アスリート理論ベーシック2
	3	まとめ
資格認定試験	2h	筆記試験、資格認定、フィードバック

講座受講料及び資格認定料について

- ①講座受講（筆記試験・テキスト代も含む） 49,500円（税込）
- ②食アスリートアドバイザー資格認定・認定書発行 16,500円（税込）
- ③健康食育ジュニアマスター資格認定・認定書発行 16,500円（税込）

①受講料・試験 = 49,500円、①+② = 66,000円（税込） ①+②+③ = 82,500円（税込）

※②と③は認定を希望する方のみ、試験合格後の申請時にお支払いいただくものです。
※③健康食育ジュニアマスターは、一般社団法人・日本健康食育協会の認定資格です。

・主催： **SHOKU ATHLETE** 一般社団法人食アスリート協会

お申し込みは下記のフォームよりお願いします。

<https://shokuath.jp/p/r/80yNy1X7>

申込締切 2026年7月31日（金）資料を受信できるメールアドレスを記入してください。



文教の学生・卒業生またはご紹介でどなたでも受講できます。
資格認定試験は2026年9月24日に実施予定です。

問い合わせ先：人間科学部人間栄養学科・藤井 E-mail rfujii@h-bunkyo.ac.jp