

# 【オンライン講座】ダイエットを卒業するための知識と考え方が学べる！ 「パーソナルダイエットサポーター」養成講座 2025年1月11日（土）より本格始動

万年ダイエッターの救世主！SNS 総フォロワー数 30 万人超え<sup>\*</sup>の当協会代表・富永 康太による  
ダイエットで苦しむ人をゼロにするために必要な知識や思考が学べて資格が取得できる全 11 章のオンライン講座

※2025年1月時点



ダイエットの資格発行事業等を展開する一般社団法人食欲コントロールダイエット協会(所在地：熊本県合志市、代表理事：富永 康太 以下、当協会)は、ダイエットで苦しむ人を世の中からゼロにするための資格講座「パーソナルダイエットサポーター養成講座」を、2025年1月11日(土)よりオンラインにて本格始動いたしました。

【パーソナルダイエットサポーター養成講座 HP】 <https://shokuyoku-diet.com/course/>

## 「パーソナルダイエットサポーター養成講座」について

当協会は、理学療法士の資格・経験を持つ代表理事である富永が、ダイエットに苦しんでいる人を救いたいとの強い想いのもと、「食欲をコントロールすることで自然と痩せるダイエット方法」の普及を目的として 2019 年に設立。「体重と食べ物に人生を支配されている人を一人でも減らすために活動する」「食を楽しみながら理想的な体型を維持するダイエット方法を普及する」を理念に掲げ、講座や YouTube 配信など様々な活動を展開しています。

## ダイエットで苦しむ人を世の中からゼロに！「パーソナルダイエットサポーター養成講座」

本講座は、「ただ痩せる」だけではなく、「ダイエットを卒業する」ために必要な知識と思考が学べる資格講座です。今回、より多くの皆さまに本講座を受講いただき、ダイエットで苦しむ人を世の中からゼロにするためのノウハウを共有し、当協会の理念を実現すべく共に活動する仲間を増やしたいとの想いから、オンラインでの講座をスタートいたしました。

ダイエットに関する講座は数多くありますが、本講座はただ痩せるためのダイエットではなく、ダイエットを終わらせる＝“卒業”することを目指したユニークな内容となっており、ダイエットの基礎・栄養学の基本から、「食欲コントロールダイエット」といった当協会独自の知識を学びながら、新しい視点に立ったダイエットの考え方が習得できます。本講座を受講することで、ご自身がダイエットの苦しみから解放されることはもちろん、指導者としてこれまでの経験を活かしながら同じ悩みを持つ人をサポートすることが可能となります。全 11 章・約 11 時間のオンデマンド形式の動画講座なので、パソコンやスマートフォンなどを利用して時間や場所を気にすることなく、ご自分のペースで学んでいただけます。また、受講後には「パーソナルダイエットサポーター」の資格を取得することができます。

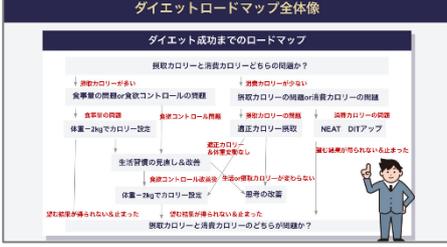
## 「パーソナルダイエットサポーター養成講座」概要

- 講座名：パーソナルダイエットサポーター養成講座
- 受講方法：オンライン（オンデマンド形式）
- 内容：全 11 章・約 11 時間の動画視聴による受講
  - ※4 択×50 問の認定試験有。試験合格後は認定証を発行
- 対象：ダイエットに関する知識を学びたい方、ダイエットの経験を世の中のために役立てたい方
- 参加条件：パソコン・スマートフォンなどのデバイスと、インターネット環境をお持ちの方ならどなたでも可
- 受講料：98,000 円（税込）※認定試験および認定書発行料含む
- 主催：一般社団法人食欲コントロールダイエット協会

### <カリキュラム>

第一章	当協会が目指す世の中	60 分
第二章	ダイエットの基礎の基礎	60 分
第三章	栄養学の基本	120 分
第四章	痩せない原因を特定する方法	60 分
第五章	食欲コントロールダイエット概要	70 分
第六章	食欲コントロールを乱す原因と対策	90 分
第七章	食事を整える	60 分
第八章	睡眠を整える	25 分
第九章	ストレスをコントロールする	30 分
第十章	代謝を改善する	45 分
第十一章	思考を整える	30 分
試験	4 択×50 問	

### 講座動画のイメージ



04 理想的な食事バランス



雑穀入りご飯150g  
しめじ・舞茸・ワカメ・卵の味噌汁  
ちくわと胡瓜のサラダ  
シナモンをかけた冷凍バナナ60g  
トマトジュース100g

トータルカロリー：464kcal  
タンパク質22.8g/脂質8.5g/  
炭水化物79.3g/食物繊維6.7g

### <養成講座の流れ>

#### (1) お申し込み

当協会の講座 HP (<https://shokuyoku-diet.com/course/>) へアクセスし、お申し込みページに必要事項を入力の上、お申し込みください。

#### (2) お支払い

銀行振込またはクレジットカードからお選びいただけます。

#### (3) 講座ページ URL 送付

お申し込み時にご入力いただいたメールアドレス宛に講座ページの URL をお送りします。

#### (4) 講座受講

ご自分のペースで自由に学んでいただけます。

※受講期限は設けておりませんが、お申し込み後、1～2 ヶ月以内を目安として受講・資格取得をおすすめします。

#### (5) 試験

受講後、ネット上で 4 択×50 問の試験を行います。

#### (6) 認定書発行

試験に合格されると、「パーソナルダイエットサポーター」の資格を取得。

※希望者には、後日郵送にて認定書をお送りいたします。



認定書(イメージ)

<報道関係の方からのお問い合わせ先>

一般社団法人食欲コントロールダイエット協会 お客様相談窓口 お問い合わせフォーム: shokucondiet@gmail.com

## 本講座が選ばれる理由

### 1. ダイエットの正しい理論が理解できる

「〇〇すれば痩せる」のような小手先のダイエット理論ではなく、基本的な理論を学ぶことができます。その結果、枝葉の理論に惑わされることなく、ダイエットやダイエット指導を行えるようになります。

### 2. 栄養学の基本が理解できる

ダイエットに必要な不可欠な栄養学の基本を学べます。栄養学を知ること、正しい食事や食事指導ができるようになります。

### 3. 食欲コントロールダイエットについて理解できる

「なぜ食欲が乱れるのか？」「なぜ代謝が落ちるのか？」といったように、原因を考えて問題を解決する食欲コントロールダイエットについて学べます。

### 4. ダイエットの本質を理解できる

ダイエットは本来「痩せる」ではなく、「生活習慣」「生き方」という意味です。本来の意味に従ったダイエット理論を学べます。

## その他にも、たくさんのメリットがあります！

- オンライン講座なので、時間や場所を気にせずご自分のペースで受講できる
- 繰り返し視聴が可能なのでじっくりと理解を深めることができる
- 「パーソナルダイエットサポーター」の資格が取得できるので、セミナーや講座など、ご自身のビジネスに活かすことが可能
- SNS でダイエットに関する専門的な知識を発信することができる
- 家族や友人など、身近な人たちにダイエットや健康についてのアドバイスができる

## 以下のような方におすすめします。

- ダイエットで悩んでいる方
- ダイエット指導をしていて、より効果的な方法を身につけたい方
- ご自分の経験を人のために活かしたい方

これまでの経験や資格などは一切不要なので、どなたでも安心してゼロから専門的な知識を学ぶことができます。

## 「パーソナルダイエットサポーター養成講座の概要」を YouTube で公開中！

<https://www.youtube.com/watch?v=Wd1k4a4Ub8I&t=249s>

## 講師紹介

### 一般社団法人食欲コントロールダイエット協会 代表理事 富永 康太(とみなが こうた)

昭和62年生まれ(長崎県佐世保市出身)。2009年に理学療法士免許を取得し、7年間病院で勤務後、独立してダイエット事業を開始。

2019年に「一般社団法人食欲コントロールダイエット協会」を設立。痩せるダイエットではなく、ダイエットを卒業するための考え方や方法をSNSや講座を通して啓蒙している。

SNS総フォロワー数は30万人超え(2025年1月時点)。

これまでに3万人以上のダイエット指導経験を持ち、「万年ダイエッターの救世主」として支持を集めている。

著書には「101の科学的根拠と92%の成功率からわかった 満腹食べても太らない体」(SBクリエイティブ)「食欲コントロールのプロが教える ダイエット大全 82のメソッドで永久に太らない体に」(KADOKAWA)等がある。

YouTube : <https://www.youtube.com/@appetitecontroldiet>

Instagram : [https://www.instagram.com/shougai\\_yobou/?hl=ja](https://www.instagram.com/shougai_yobou/?hl=ja)

X : [https://x.com/physis\\_2016](https://x.com/physis_2016)

Voicy : <https://voicy.jp/channel/1929>



<報道関係の方からのお問い合わせ先>

一般社団法人食欲コントロールダイエット協会 お客様相談窓口 お問い合わせフォーム : shokucondiet@gmail.com

## オンライン講座開講への想い

これまでダイエット指導をする中で、多くのダイエットで苦しんでいる方々を目の当たりにしました。そのような方を一人でも減らしたいという想いから、今回オンラインでの資格養成講座をスタートしました。本講座の受講を通じ、同じ想いを持った仲間が増えることで、ダイエットで苦しむ方を減らすことにつながると考えています。今後は、このパーソナルダイエットサポーター資格の周知に努めながら、資格を持ったサポーターの皆さんが全国各地で活躍し、ダイエットで苦しむ方がゼロとなる世の中を作ってまいります。

## 一般社団法人食欲コントロールダイエット協会について

### 【会社概要】

商号：一般社団法人食欲コントロールダイエット協会

代表理事：富永 康太

所在地：〒861-1112 熊本県合志市幾久富 1909-1844

設立：2019年4月

事業内容：ダイエット資格講座発行 等

URL：<https://shokuyoku-diet.com/>

