

健康で最高な心と体を手にする食事法
ファット ア ダプト
献立レシピ提案サイト「FAT ADAPT」公開
DMM.com の MENUS が献立指南を AI 化で技術支援
本日プレオープン、7 月末より本格始動
URL: <https://cuore-fatadapt.com>

献立サイト「MENUS(メニューズ)」の運営を行う合同会社 DMM.com(本社:東京都港区、会長 兼 CEO 亀山敬司、<https://www.dmm.com/> 以下 DMM)は、この度株式会社 Cuore(クオーレ)代表取締役社長兼 CEO 長友佑都がプロデュースする献立提案サイト「FAT ADAPT(ファットアダプト)」の理念に共感し、技術協力を行いました。本サイトが 2019 年 6 月 20 日(木)13 時よりプレオープン、7 月末より本格始動いたします。



Cuore 長友は 3 年前より自身の更なる成長を求めて「ファットアダプト食事法」に取り組み、その結果パフォーマンスが飛躍的に向上。「ファットアダプト食事法」は、カロリー制限ではなく、糖質量を管理して脂質とたんぱく質を十分に摂取することでエネルギーを発揮する食事法です。この度、本食事法を実践する人のために、自動献立レシピ提案サービスを WEB サイト上で公開することとなりました。本サイトは、ひとりひとりのパーソナル情報を基に管理栄養士が監修した 400 万通り以上の献立を提案するアプリ「MENUS by DMM.com(メニューズ)」が技術協力を行っています。

プレオープン期間は、事前登録及びアンケートにお答えいただくと、長友佑都「FAT ADAPT」電子書籍を先行して無料でご覧いただけます。「FAT ADAPT」は、これまでの自分を超越、ハイパフォーマンスを発揮する食事法として、ファットアダプト式の献立レシピと様々な食の情報を提供してまいります。

■献立レシピ提案サイト「FAT ADAPT(ファットアダプト)」とは

「長友佑都及びトップアスリートの経験やノウハウを一人でも多くの人のライフスタイルにしていく」をビジョンに、長友佑都、専属シェフの加藤超也、一般社団法人食・楽・健康協会の山田悟氏が完成させた、ファットアダプト食事法を献立レシピ提案サイトとして開発。当該サイトは入力されたユーザーの情報に基づき、ファットアダプトのコンセプトで栄養計算されたレシピ及び献立が自動で提案されるサービス。また、このレシピと献立は専属シェフの加藤超也の監修で作成されたファットアダプト専用レシピを初回登録しており、今後はファットアダプトにとって重要となる低糖質の商品やサービスとも連携し、世の中の健康とアスリートの支援も展開していきます。



<株式会社 Cuore 長友佑都メッセージ>

日常も競技中も多くの人が自分の可能性を信じ、これまでの自分を超越続けるために実践する食事法。それがトップアスリート、料理人、ドクターがチームとなって完成させた「ファットアダプト食事法」です。決してトップアスリートだけの食事法ではありません。仕事を日々頑張る人、健康を意識し始めた人、ダイエットや減量をしている人など、身体の内側から細胞自体を変え日々のパフォーマンスを上げたいと思っている人のサポートに使っていただければと思います。



<プロフィール>

明治大学在学中の 2006 年に選出された全日本大学選抜にて注目を集め、プロ 1 年目となる。2008 年には J リーグ優秀選手賞と優秀新人賞をダブル受賞。2018 年 1 月より、トルコ・スュペル・リグのガラタサライ SK にレンタル移籍し、昨季は3年ぶりのリーグ優勝に大きく貢献。2019 年 ガラタサライ SK に完全移籍を果たし、トルコ・スュペル・リグでリーグ 2 連覇、テュルキエ・クパス(トルコ・カップ戦)優勝の 2 冠達成。4 年後のカタールワールドカップを目指すと言。

- ・名称: 献立レシピ提案サイト「FAT ADAPT」(ファットアダプト)
- ・公開日: 2019 年 7 月 31 日(予定)より ※プレオープン は 6 月 20 日(木)～
- ・機能概要: 年齢・身長・体重・生活運動量などの情報を入力すると、あなたに推奨する糖質量とファットアダプト式の献立やレシピを自動で提案します。提案されるレシピは加藤シェフ監修の下、全て低糖質で美味しく誰でも実践できるレシピとなっています。
- ・サイト URL: <https://cuore-fatadapt.com>
- ・Instagram: <https://www.instagram.com/fatadapt/>
- ・Facebook: <https://www.facebook.com/FAT-ADAPT-340236736652888/>
- ・Twitter: <https://twitter.com/fatadapt>

<株式会社 Cuore 長友佑都専属シェフ 加藤超也>

2010 年～2016 年、神奈川県横浜市のイタリア料理店「cucinapinocchio」にて「素材の持つパワー、魅力を最大限活かした料理」をテーマにシェフを務める。2016 年に株式会社 Cuore に入社し、長友佑都専属シェフに就任。現在は、ガラタサライへの移籍と合わせてトルコのイスタンブールに移り住み、2018-19 シーズンの長友佑都の2連覇と 2 冠に貢献。昨今では日本含め、イギリス、フランス、ベルギー、オーストラリアなどを行き来しながら、サッカーのみならず様々な競技のトップアスリートへの食事指導を開始している。



<一般社団法人食・楽・健康協会 理事長 山田悟>

北里大学北里研究所病院糖尿病センター長、医学博士。内分泌・代謝内科部長、予防医学センター長、予防医学科部長、人間ドック科部長、透析センター長、医療社会事業部部長、医療福祉相談室長、医療連携室長。糖尿病専門医として多くの患者と向き合う中、カロリー制限中心の食事療法では、食べる喜びが損なわれている事実と直面。患者の生活の質を高められる糖質制限食に出会い、積極的に糖尿病治療へ取り入れている。

『緩やかな糖質制限 ロカボで食べるとやせていく』(幻冬舎単行本)、『糖質制限の真実 日本人をう革命的食事法ロカボのすべて』(幻冬舎新書)など。またこの度の『長友佑都のファットアダプト食事法』(幻冬舎)を監修。



・技術協力:

この度、DMM.com の健康的なレシピ提案アプリ「MENUS by DMM.com(メニューズ)」は、加藤シェフの献立指導のノウハウを AI 化する技術協力をいたしました。

■健康的なレシピ提案アプリ「MENUS by DMM.com(メニューズ)」とは

ひとりひとりのパーソナル情報を基に管理栄養士が監修した 400 万通り以上の献立を提案するアプリです。性別や体重などを登録しておくことで、その人に合った献立を提案します。その他にも、貧血や冷え症などの体調管理や、高血圧/糖尿病/花粉症などの病気予防に基づいた献立提案、冷蔵庫のあまりものの活用献立、ご家族全員のそれぞれ異なる趣味嗜好、必要な栄養素に合った献立提案など、利用者のパーソナライズに合わせた利用が可能です。「見えない家事」である献立作りの中で、ユーザーの「考える」「探す」「選ぶ」を最小化し、楽しく便利で健康的な食生活を支援することを目指しています。



▼MENUS 関連サイト

公式サイト:<https://menus-recipe.com/>

Facebook:<https://www.facebook.com/menus.recipe>

Twitter:https://twitter.com/menus_recipe

Instagram:https://www.instagram.com/menus_recipe/

