

97mm (内側に折り込む面) A

100mm

B

100mm

C

### 自ら選択し決断できる知識を学ぶ

私たちの身の回りでは、食にまつわる様々な情報が氾濫しています。食は美容と健康に直結しているにもかかわらず、私たちは自分の意思で判断できる知識を十分に持っていません。

私たちの身体は食べ物から作られます。今の選択は将来の自分につながっています。間違った知識は、愛すべき人、大切な家族の健康をも損なう危険性があります。

自分たちの健康は自己責任だからこそ、流行りや根拠が明確でない情報に惑わされない、自ら選択し決断できる正しい知識を今こそ、身に付ける必要があります。

Smart Foodスクールでは、みなさまの「自分の価値観に応じた自己選択できる食を通した賢いライフスタイル」の実現の一助になることを目指しています。

※ご注意：Smart Foodは健康増進、未病という観点で論じており、既に疾病のある方の医療食ではありません。疾病のある方は必ず医師にご相談ください。

### BETTER思考だから続けられる

利便性、効率性を享受する傍ら、私たちの食生活は化学合成物など長期摂取安全性が未知なるものの添加に侵食され、殆どの加工食品や外食では、これらを回避することが困難です。現代は食文化\*より食文明\*が発達した時代と言えます。

しかし、こういった添加物や環境汚染以上に、情動的ストレスもまた細胞組織破壊など万病の元でもあります。今ある環境下で、如何に精神的なストレス負荷が大きにならないようにするか、これもとても大切なことです。

本スクールでは、臨床研究や微生物工学研究など最新の客観的根拠に基づき、自分が本来持っている自己自然治癒力を高める方法とともに、今よりBETTERな選択肢を提示しています。

継続こそ力。そのためにも本スクールでは、自分の価値観に基づき、できることから始められる知識をご提供しています。

\*文化：人類の理想を実現して行く精神の活動。技術を通して自然を人間の生活目的に役立てて行く過程で形作られた、生活様式およびそれに関する表現。  
\*文明：特に「文化」と対立させて、技術や実用に重点がある、物質的な文化。

### Smart Foodのお問合せ/お申込み

本スクールは完全予約制となっております。  
お問合せ、入学希望の方は、下記までご連絡願います。

[スクールお問合せ/お申込み]  
<http://www.smartfood.or.jp>



電話：03-3833-4395  
受付：土日祝日を除く平日9:00~17:00

[スクール講習会場]  
東京都港区南青山6丁目

#### スクール監修

一般社団法人Smart Food協会  
東京都中央区日本橋室町1-11-6-802  
代表電話：03-3833-4395  
[www.smartfood.or.jp](http://www.smartfood.or.jp)  
問合せ：info@smartfood.or.jp

#### スクール運営

株式会社Smart Lab  
東京都中央区日本橋室町1-8-3  
代表電話：03-3833-3354  
[www.smartlab.jp](http://www.smartlab.jp)  
問合せ：info@smartlab.jp

最新の医療研究と連動した  
エビデンスに基づく「食」のスクール

# Smart Food

EAT WELL, EAT SMART

スマートフードスクール



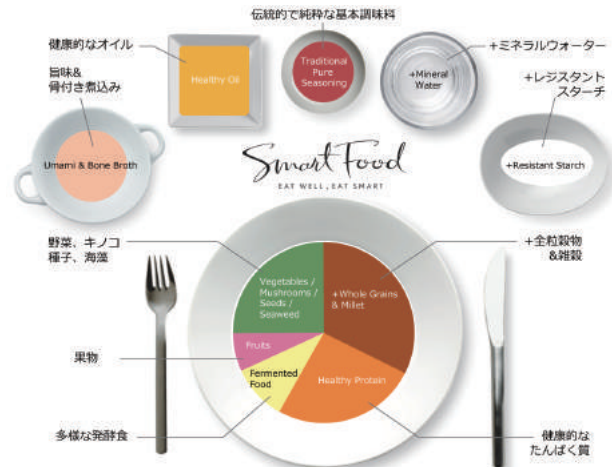
SFA  
SMART  
FOOD  
ASSOCIATION

100mm

C'

## 自己自然治癒力を導き出す[食]スタイル

Natural Self Healing Food for Superorganism\*



Nutlicious\* Low Carb [滋養低糖質食]

最新のエビデンスに基づき構築された、自分本来が持つ自己自然治癒を導き出す食のスタイル。血糖値をコントロールし、腸内環境を最適化して、細胞活性化による自己自然治癒力を向上させる食事の考え方です。

\*Superorganism = 人間 + 共生微生物 \*Nutlicious = Nutritious + Delicious



100mm

B'

## Smart Food講習

[講習]

受講スタイル：完全予約制 入学金：21,600円(税込)※基礎コース受講より

講習内容	受講時間	受講費用
<b>体験コース</b> Smart Foodの魅力を感じていただく概要説明講習 ※入学金は不要です	2h	6,480円(税込)
<b>基礎コース</b> Smart Foodを学ぶために必要な基礎知識の学習講習 ※受講時に入学金が必要となります	4h	48,600円(税込)
<b>マスターコース</b> Smart Foodの基本を学ぶ講習 ※[資格認定対象]	16h	230,040円(税込)
<b>Kids &amp; Babyコース</b> ベビーと子どもに特化した講習 ※2018年夏開始予定	8h	109,080円(税込)
<b>Beauty &amp; Dietコース</b> 美容に特化した講習 ※2018年夏開始予定	8h	109,080円(税込)
<b>インストラクターコース</b> Smart Foodを教えるスキルを学ぶ講習 ※[資格認定対象] ※マスターコース講習修了者のみ受講可能	10h	174,960円(税込)

97mm (内側に折り込む面)

A'

### [資格認定試験]

受験対象：マスターコース修了者、インストラクターコース修了者  
 受験場所：指定試験会場  
 受験費用：21,600円(税込)※初回再試験のみ受験費用免除  
 試験日程：毎月原則的に1回 (ホームページ上で発表)  
 試験内容：マスター[筆記]、インストラクター[筆記+調理実技]  
 合格証明：認定証(ディプロマ)を発行  
 資格維持：マスター年会費3,240円/インストラクター年会費32,400円

### [会員特典]

年会費納付者はSmart Food会員として推奨食材等の優待価格での購入  
 会員向けイベントの参加

### [育成人材イメージ]

適切な食材・調味料・調理方法を選択することができる  
 好奇心・探究心・創造力を持って意欲的・楽しく家庭料理に取り組むことができる  
 自らの実体験を通じてその魅力を第三者に伝えることができる

浅倉利衣

Smart Foodディレクター/認定インストラクター  
 株式会社Smart Lab取締役



1977年東京生まれ。大学卒業後、エルメスジャパン(株)に入社し、10年間販売とバイイングを経験。その後はミス・ユニバース・ジャパン元ナショナルディレクター、イネス・リグロンのパーソナルアシスタントを務め、グローバルにファッションと美容の世界に長年携わる。  
 結婚・出産を機に、内側美容・健康に関する様々な資格を取得しながら、2017年には一般社団法人Smart Food協会認定インストラクター資格を取得。  
 現在は、これまでの経験で養われた審美眼やセンスと、国内外の最新のウェルネス・食情報も含めた専門的な知識を活かし、洗練されたライフスタイルや賢く食べて健康的にキレイになることの大切さを発信している。

