

正常分子栄養学のスペシャリストから学ぶ

# Healthy Food Concierge

ヘルシーフードコンシェルジュ  
～通学講座～ ・ ～通信講座～

ベーシックコース(初級) / アドバンスコース(中級)

企画・制作：特定非営利活動法人 癌コントロール協会

## ヘルシーフードコンシェルジュとは・・・

**細**胞レベルの最先端栄養学である『正常分子栄養学』を習得し、健康のサポートと栄養指導のスペシャリスト（ヘルシーフードコンシェルジュ）として、日本の健康創りに貢献して頂くための資格です。

この数十年で、日本にはたくさんの食べ物が溢れ、世界でも、最も豊かな国になりました。そんな現代社会において増え続けているのが、癌を始めとする生活習慣病、糖尿病、そして婦人病や不妊症など…。

基をたどれば、どれも**食生活の変化が大きな原因とされている病気**です。

このような時代だからこそ、ご自身の健康はもちろん、ご家族や周囲の方の健康をサポートするためには、『栄養学』を含む生化学は、とても重要な分野であるといえます。

## <講師紹介>

正常分子栄養学講師歴33年の経験と実績！

## 森山晃嗣



25歳の時に脳膜炎、喘息、皮膚病になり、薬漬けの生活をしていた時、農学博士のアドバイスにより食事療法・栄養素療法に取り組み、健康を回復。1977年パントテン酸の発見者であるロジャー・ウィリアム博士の生命の鎖理論『正常分子栄養学』に感銘し、米国の医科大学通信講座にて正常分子栄養学の基礎を学ぶ。その後、日本のみならずアメリカ、台湾等で講演活動を開始。これまでの講演回数は4,000回を超え、その参加者は100万人を超えている。さらに1955年からは世界中の代替療法に取り組む医師らを招き、がん治療の最新報告を行う「代替・統合医療コンベンション」を毎年開催。

これまで、5万件以上の健康相談を受け、現在でも癌患者へのカウンセリングを中心にNPOがんコントロール協会日本支部理事長、ボタニック・ラボラトリー株式会社代表取締役として活躍している。



## こんな方々が受講されています。

私はエステティシャンであり、アロマ・リンパマッサージを行っているセラピストでもあります。セラピストには、施術は勿論ですが、クライアント様が元気でイキイキ生活されるためのアドバイスが求められます。特に食事のアドバイスは避けて通ることが出来ません。なぜなら私たちの身体はまぎれもなく食べた物そのものだからです。いつまでも若々しく元気で生活する食事のポイントは、酵素、ビタミン、ミネラル、そして大7番目の栄養素と言われるフィトケミカルの摂取です。

また、生活習慣病にならない食生活を考える時、脂質を理解することが不可欠です。HFC 講座では美容と健康に役立つ【食と栄養】を理路整然と分かりやすく導いてくれます。多くのお客様の健康ナビゲーターとして活用できる資格です。

エステティシャン 福場美知留さん



森山先生のセミナーに参加した際に HFC の事を知り、しっかりと栄養学の勉強をする為に講座に参加する事にしました。

栄養学を勉強したいと思ったのは、自分が4年前に糖尿病になった事、従来のカロリー計算に頼った方法では血糖値のコントロールがうまく行かない事を実感していたからです。

事前にセミナーを聞いて、HFC の講座が理にかなったものだと分かっていたので、自然な流れで講座に参加した事を今でも覚えています。

HFC のベーシックコース、アドバンスコースを受講して、自分は食事や栄養についてまったく無知だと思い知らされました。HFC で学んだ事により、私自身が健康になっただけでなく、私の周りの家族、知人、友人同僚の健康レベルが向上しているのを感じます。

食・栄養により自分や周りの人達の健康レベルを向上したい方にはお勧めの講座です。

会社員/IT テクニカルコンサルタント  
水澤 健一さん



私の仕事はマッサージ師です。

マッサージにより血液の循環などを良くすることで、体に与える効果はありますが、それだけでは難しい場合があります。

この講座は、カロリーだけに目を向けるものや、今まで習っていた栄養の話とは違った角度からの内容で、驚きも多く、さらに実用性が高いため、大変勉強になりました。栄養の大切さを再認識いたしました。

患者さんの食事内容から、自信を持って、栄養についての話が出来ること、マッサージだけでは補えない、奥の深いケアが出来ようになったと感じています。

マッサージ師 宮内 均さん

### Q. どのような目的でこの講座に参加されましたか？

自身が経営する高齢者住宅の健康管理に反映できるものがあるのではないかと、薬漬けにされている高齢者の医療の在り方に答えが見出せるものではないかと、糖尿病やがんなど生活習慣病とも言える病気が多いのはなぜか、それを食事や栄養管理で治せるものかこういった疑問に答えが見い出せたらいいなあ、という思いで参加しました



高橋 正さん  
高齢者住宅経営

### Q. 講座に参加されてみていかがでしたか？

想像以上に楽しく、また、栄養というものがこんなに重要だと思い知らされました。

こんな大事な情報が簡単にアクセスできる環境に置かれていない事に驚きと、驚愕を覚えました。資本主義はここまで情報コントロールされる社会を創造してしまったんだと考えさせられました。

### Q. 学ばれたことは現在どのように活かされていますか？

自分の健康管理にのみ、反映できている状況です。毎朝、ニンジンジュースを飲み、ボタラボのサプリメントは欠かせなく飲んでいきます。お陰さまで長年患っていた不整脈もカテーテル手術を経て、完全完治しました。特に、サプリメントを飲み始めてからデータが好転し始めた事に医師も驚いていました。自分の薬の処方がかんなに効くとは？と・・・。

長年、飲み続けたワーファリンなど8粒の薬は、3粒に減りました。

本来は、当社の高齢者住宅の付加価値として活かせるといいなあ。と思っています。

様々なハードルが見えますが、いつか、実現したいと思います

**Q. どのような目的でこの講座に参加されましたか？**

管理栄養士としての見聞を広めたかったのと、もともとゲルソン療法で腎臓を治した知り合いがいたため、興味があったので受講しました。



管理栄養士 穴山幸さん

**Q. 講座に参加されてみていかがでしたか？**

堅苦しい講義形式ではなく、皆で机を囲むアットホームな雰囲気、私自身もとても自然体で受講することができました。

分子栄養学という学問の話だけではなく、森山先生の実体験を伺うことができ、より実践に沿った内容なので、興味津々ですぐに実行に移すことができ、ハマってしまいました(笑)

**Q. 学ばれたことは現在どのように活かされていますか？**

私の体験を通して、難病を持つ夫や知人、生活習慣病の父、体のだるさに悩む母などに少しずつお話することで、自分の体と食事のつながりに興味を持ち始めています！

管理栄養士という立場から、まだまだ勉強不足なことが多いことを実感しますが、ヘルシーフードコンシエージュで得た体験と知識を通して、人々の健康への不安を解消するために活動していきたいと思っています。

## Course Contents Schedule

## カリキュラム

### ➤ 正常分子栄養学HFC ベーシックコース (初級編)

#### Contents

- STEP 1
  - ・ 栄養の力と日本の現状を知る
  - ・ たったひとつの細胞から人生が始まる
  - ・ あなたの体は何でできていますか
  - ・ 精神にも影響を与える栄養の力
  - ・ 食事改善で学力アップ
  - ・ 進むガンの低年齢化、動脈硬化の子どもたち
  - ・ アメリカでは減り続けているガン
  - ・ マクガバンレポートから学べなかった日本人
  - ・ 病院に通うか、それとも食生活、栄養を見直すか
- STEP 2
  - ・ 代謝栄養学の基礎知識を身につける
  - ・ カロリーばかり気にしていませんか
  - ・ 21世紀の栄養学
  - ・ 「必須」栄養素を摂取していますか
  - ・ 怖いビタミン、ミネラル欠乏症
  - ・ 第7の栄養素「植物栄養物質」
- STEP 3
  - ・ 現実の食生活を観察し、改善する
  - ・ 自分が何を食べているか、本当にご存知ですか
  - ・ 知らぬ間に摂取している砂糖(糖質)
  - ・ 低血糖の恐怖
  - ・ 黒砂糖、全粒粉、玄米を
  - ・ 油漬けの日本人
  - ・ 日本では認識が遅れているマーガリンの害
  - ・ ピュアなカラダを設計する

検定試験 各項目毎にQ&Aがあり、さらに各ステップごとに検定試験を受けていただきます。最後に総合検定試験に合格したら、認定証を授与致します。

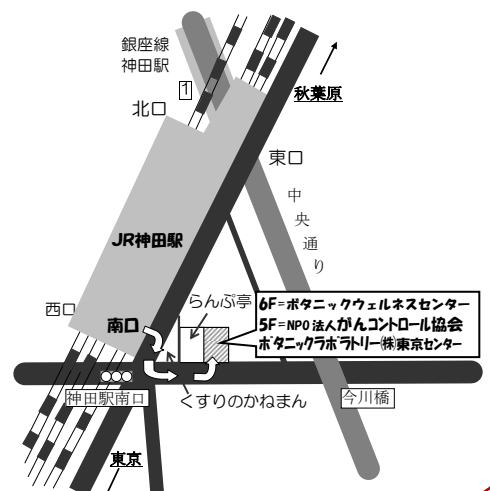
**【通学コース】** 会場：NPO法人 癌コントロール協会 東京センター(JR 神田駅 南口徒歩2分)

時間：10:00~16:00

回	日程	
第1回	1月15日(日)	STEP1
第2回	1月22日(日)	STEP2
第3回	1月29日(日)	STEP3

#### 【通信コース】

ご自宅で、好きな時間、好きな時に自分のペースで受講できます!!



## ➤ 正常分子栄養学HFC アドバンスコース（中級編）

## Contents

- Step 1 植物栄養物質 (Phyto Chemical)**  
健康寿命を伸ばす「植物栄養物質」  
主な植物栄養物質とその働き  
メディカルハーブについて
- Step 2 酵素 (Enzyme)**  
生命力の源「酵素」  
補酵素の量と過剰症の問題点  
活性酸素除去酵素と補酵素  
アクリルアミドと過酸化脂質
- Step 3 生活習慣病**  
糖尿病  
グルコーススパイクとホメオスタシス（生体恒常性）  
糖尿病の食事指導の疑問点・  
糖尿病の合併症 ・ 開環ブドウ糖  
糖尿病新食事療法の考え方  
メタボリック症候群対策（肥満解消法）  
高血圧 ・ 高尿酸血症  
脂質異常症（高脂血症）とコレステロール
- Step 4 免疫力（自然治癒力）**  
白血球と血液  
正常な赤血球（必要な主な栄養素）
- Step 5 がん・難病等に対する食養生の考え方と実践例**  
ゲルソンがん食事療法の基本的な考え方  
西式健康法—食事（栄養）  
甲田療法の食事の基本的な考え方  
マクロビオティック (Macrobiotic) 食事法  
M式がん免疫療法（糖断食）  
食養生のまとめ

【通学コース】 会場：NPO法人 癌コントロール協会 東京センター

時間：10：00～16：00

回	日程	
第1回	2月12日(日)	STEP1
第2回	2月19日(日)	STEP2・3
第3回	2月26日(日)	STEP4・5

【通信コース】 ご自宅で、好きな時間、好きな時に、自分のペースで受講できます!!

## \*受講料\*

【通学講座】 ベーシックコース：一般 94,500 円（税込）会員 63,000 円（税込）

アドバンスコース：一般 126,000 円（税込）会員 94,500 円（税込）

※ 両講座を同時にお申込の場合：一般 176,000 円（税込）会員 126,000 円（税込）

【通信講座】 ベーシックコース：一般・会員共に 31,500 円（税込）

アドバンスコース：一般・会員共に 52,500 円（税込）

## 【お申込方法】

★お電話にて＝0120-099-727

お申込書を FAX または、郵送してお送りします。  
申込書送付後、指定口座へお振込みいただきます。  
お振込確認次第、テキスト発送となります。★インターネットから＝<http://www.npo-gancon.jp>

## 【お申込・お問い合わせ】

特定非営利活動法人 癌コントロール協会

TEL ☎ 0080-100-8899 FAX ☎ 0120-500-101

〒101-0044 千代田区鍛冶町 2-1-14 赤尾興産ビル 5F

## 【お支払先】

郵便振替口座：00150-6-118822

銀行振込口座：三菱東京 UFJ 銀行 千葉支店 (270)  
普通 1648944

口座名義：トクヒ) ガンコントロールキョウカイ

※通学コースは、開校 2 週間前までにお振込下さい。

※通学コースは、定員になり次第締め切らせていただきます。

※通信コースは、振込確認後テキストを発送致します。

※受講手続き完了後のキャンセルに関しては全体の  
20%を手数料として差引かせていただきます。



# ヘルシーフードコンシェルジュ (HFC) 申込み書

## 通学コース：ベーシック/アドバンス

申込日 平成 年 月 日

フリガナ	ご紹介者名		
氏名			
生年月日	年	月	日 (年齢 歳) 性別 男 女
職業			
住所 〒			
電話番号	携帯番号		
E-mail :			

### 受講希望コース (チェックをして下さい)

ベーシックコース ￥63,000 (税込)

アドバンスコース ￥94,500 (税込)

両コース ￥126,000 (税込)

※健康指導師会入会希望の方は【SCコース】と合わせて126,000円で受講可能です。詳しくは東京センターへお問い合わせください。

### お振込み先:

金融機関名 三菱東京UFJ銀行 千葉支店 普通預金 No.1648944

口座名義人 トクヒ) ガンコントロールキョウカイ

※定員になり次第締め切らせていただきますので、ご了承願います。

※筆記用具はご用意ください。

### <お申込み・問い合わせ先>

## 特定非営利活動法人 癌コントロール協会

東京センター 〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町 2-1-14 赤尾興産ビル 5F

TEL 03-5294-8899/ FAX 03-5295-0081

担当：長谷川・橋谷