

あなたのアスリートフードレシピを Facebook で PR !

【概要】

配信頻度：週 1～2 度程度

投稿内容：アスリートフードマイスター養成講座受講生、資格取得者によるアスリートフードレシピ

応募対象者：アスリートフードマイスター養成講座受講生、資格取得者

【応募方法】

Facebook のメッセージに下記をご記入の上、アスリートフードマイスター養成講座事務局へ送信ください。

- ・ レシピ
- ・ 調理したアスリートフードの写真 1 枚（縦撮り）

【記入方法】

- ・ 氏名
- ・ 自己紹介（80 文字以内）
（例）取得した資格名、スポーツとの関わり方、種目など
- ・ レシピ（200 文字以内）
（例）身体への効果効能、アスリートにお勧めのポイントなど

※詳細は 2 枚目の【レシピ見本】をご覧ください

【注意事項】

- ・ 写真は重要です。光加減、盛り付け、容器などを工夫し「美味しそう」な 1 枚をお送りください。
- ・ レシピは手順、材料、分量を明記してください。
- ・ 写真は必ず応募者ご自身にその著作権のあるものに限りませす。
- ・ 応募書類の返却はいたしませんので、予めご了承ください。
- ・ 応募されたレシピの著作権は、応募者ご自身、フードディスカバリー株式会社グループ（含む株式会社アスリートフードマイスター）に帰属されます。

※投稿されたレシピは、当社 Facebook ページ以外にもご提供、ご掲載いただけます。

※当社が他用途でレシピを使用する際は、必ず事前に確認のご連絡を差し上げますので何卒ご安心ください。

【Facebook ページ URL】

<https://www.facebook.com/athlefoodmeister>

皆様のご応募、お待ちしております！

【お問い合わせ先】

アスリートフードマイスター養成講座事務局

株式会社アスリートフードマイスター

〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 1-9-5 渋谷スクエア A 12F

TEL：03-3780-8650（平日 10:00～18:00）

E-MAIL:tokyo@athlete-food.jp（担当：金尾）



株式会社 アスリートフードマイスター

【レシピ見本】

アスリートフードマイスターの田代由紀子です。

本日はご自宅で出来るアスリートフードレシピをご紹介します。

鶏ハム

保存袋と炊飯器だけ！

鶏胸肉には持久力 UP・抗疲労効果の期待できるイミダゾールジペプチドが含まれているのでアスリートに最適です。

①鶏胸肉（1枚）の両面に数か所フォークで穴を開け、砂糖・塩（各小さじ1/2）をすりこみ、保存袋に入れ、冷蔵庫で半日漬け込む。

②炊飯器に①（袋ごと）と熱湯を入れ、60分間保温する。

③②を取り出し氷水で急冷し、好みの厚さにスライスする。

Point! 保存袋は空気が入らないように口を閉める。



アスリートフードマイスターとしての活躍を PR！

【概要】

配信頻度：週 1～2 度程度

投稿内容：アスリートフードマイスター養成講座受講生、資格取得者による企画などの情報

応募対象者：アスリートフードマイスター養成講座受講生、資格取得者

【応募方法】

Facebook のメッセージに下記をご記入の上、アスリートフードマイスター養成講座事務局にまで送信ください。

- ・企画名（30 文字以内）
- ・企画概要（200 文字以内）
- ・企画責任者名
- ・お問い合わせ先（メールアドレス・電話番号など）

【注意事項】

・アスリートフードマイスター養成講座では参加のお申込みや、お問い合わせをお受けすることはいたしかねますので、必ずお問い合わせ先を明記ください。

Facebook での公開が難しい場合はご相談ください。

・企画責任者がアスリートフードマイスター養成講座の受講生もしくは資格取得者であること（グループの場合は受講生・資格取得者でない方が含まれていても可）

・企画実施日が迫っている場合、実施日までに投稿できない場合もございます。予め日程には余裕を持ってご応募ください。

・応募多数の場合、投稿時期が遅れたり、投稿できない場合もございます。予めご了承ください。

随時、募集しております。

皆様のご応募、お待ちしております！

【Facebook ページ URL】

<https://www.facebook.com/athlefoodmeister>

【お問い合わせ先】

アスリートフードマイスター養成講座事務局

株式会社アスリートフードマイスター

〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 1-9-5 渋谷スクエア A 12F

TEL：03-3780-8650（平日 10:00～18:00）

E-MAIL:tokyo@athlete-food.jp（担当：金尾）

