

# フォルトゥナ・フォーチュン・プロジェクト

食育指導士・ジュニア野菜ソムリエ/  
ジュニアアスリートフードマイスター  
芦澤 香苗

アスリートフードマイスターとして  
「フォルトゥナサッカークラブ」で食育指導をしている、  
市川三郷町の芦澤香苗さん



## ごあいさつ

フォルトウナのみなさま、こんにちは。ジュニアアスリートフードマイスターで野菜ソムリエの芦澤香苗です。このフォルトウナニュースにコラムを載せて頂くことになりました。テーマは「フォルトウナ・フォーチュン・プロジェクト」です。

フォルトウナのみんなが健やかで、たくましく活躍するためには食事の大切さを知ることが一番の近道です。未来へつながる強い身体と心少しでもサポートできるように進めて行くプロジェクトです。9歳から12歳頃は「ゴールデンエイジ」と呼ばれることをご存知ですか？この時期は、あらゆる物事を短時間で吸収し、記憶できる能力が一番強いときです。「即座の習得」と言われます。歴史あるフォルトウナのスタッフのお考えを基盤に目標をもってサッカーを追いかける選手たちやサッカーが大好きなみんなをサポートしていきたいと思っておりますので、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

2010年11月

