

好きな時に好きなことができる！
幸せを叶える働き方
オンライン料理講師
和の食トレーナー制度



- ・今の仕事より、好きな料理で仕事ができたらな
- ・会社を辞めて独立するのは、勇気がいるな
- ・ストレスを感じる人間関係でなくて
お互いに応援して喜び合える仕事がしたいな。
- ・好きなことで独立したいな。
- ・海外の人ともつながってビジネスしたいな

**好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れて、
人生を謳歌したい！
と、思っていないませんか？**



だけど。。。。

- ・ リスク が怖くて動けない
- ・ 会社を辞めて 収入がなくなる のが怖い
- ・ 給料以外の 稼ぎ方がわからない
- ・ 結局、 誰から 教わればいいのか？
- ・ 何から やっていいのかわからない



まとめると。。。

お金がない。

時間がない。

自信がない。



ボクも同じように
不安に思っていました。

ただ。。。。

このままずっと、
今の生活が続くのが
正直、イヤ。

給料の中でやりくりするのも、
家事や子育てにバタバタするのも、
自分の好きなことを我慢することも、
子供のやりたいことを我慢させることも、
なくして

**好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れるために**

オンライン料理講師
という働き方を作りました



好きな料理の仕事で

料理で悩んでいる人を助けたい
料理で困っているママさんを手助けしたい
料理や食のキャリアを活かしたい
今までの料理の経験を活かしたい。
勉強した資格を活かしたい。
世界の人に和食を教えたい！

を叶えて

頑張れば頑張るほど！
自分で稼ぐオンライン料理講師なって
好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れる！

それが和の食アカデミーが提案する
和の食トレーナー制度です。





和の食トレーナーは、
**好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れる。**
ために、考えて作った
今までにない新しい働き方です。

和の食トレーナーは
好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れる。ために
5つの「ない」(不安・不満)
をなくします

1. 家族との時間がない

働く時間、場所を自由に選ぶことができます。
自分で優先順位を決める人生に変わります。

2. 実績や資格がない

実績や資格がなくても自ら学び実践、研究することで、
選ばれる先生になることができます。

3. 自由がない

会社にも人間関係にも縛られないあなたの人生を歩むことが
出来ます。

4. 夢がない

自分の夢、家族の夢が実現可能で、挑戦できる世界です。

5. お金がない

月30万から月商7桁の当たり前に到達することも可能です。



他の飲食・料理のシゴトにはない！ 和の食トレーナーのメリット

1. 経費がかからない

⇒パソコン、WIFIがあれば、仕事ができるので、
経費は、パソコン・ネット環境の運営費だけ。固定費が安い

2. 働く時間と場所を自由に選べる

⇒自分優先、家族優先で仕事ができる。
休みは自分の都合で決められる

3. 食のキャリアを活かせる

⇒専門分野も教えられ、強みになる

4. 夢をみせることができる

⇒人に喜ばれ感謝される仕事なので、憧れられる存在になる

5. 普段の生活が研究、勉強の場になる

⇒普段の料理、食事の方法を教えるので、楽しみながらできる

6. 月商7桁以上を目指せる

⇒頑張れば頑張るだけ収益になる。
実際に再現できる方法を教われる

7. 家族や自分の夢が実現できる

⇒頑張れば、時間・お金・場所が自由になる

好きな時に好きなことができる幸せを手に入れるために
ビジネスが作られています。

和の食トレーナーの働き方で 実際に手に入れられる未来とは？

- ・ 自宅で働けるので、子育ての時間がもてる。
- ・ オンラインで行うので、通勤がない。
- ・ 働く時間を決められるので、
自分や家族の都合で動ける。
- ・ パソコンがあれば、シゴトができるので、
旅行先でもどこでも働ける
- ・ 月商7桁の収入を得ることも可能である。
- ・ 「食」のキャリアを活かすことで、
自分が専門家になれる。
- ・ 料理を作ること、楽しむことで収入が得られる。
- ・ 日本全国、世界の人と繋がれる
- ・ 喜ばれる仕事なので、人に感謝される。



ボクが実際に手に入れた 好きな時に好きなことができる幸せ

起業前の給料より 5倍以上稼いでいるので
自分や家族に できることが多くなった。

働く時間を自由に決められるので、
自分優先。家族優先で働けるようになった。

パソコン1台で仕事ができるので、
今日は、お家で、今日はホテルで、
今日は、旅行先で。という風に
好きな場所で仕事ができるようになった。

テレビやラジオ出演。取材を受けるようになった。

海外の人に料理を教えるようになった。



ボクが実際に手に入れた 好きな時に好きなことができる幸せ

海外旅行なんて、夢。と思っていたのに
コロナ前には、半年の間に
2回ハワイに行けるようになった。

連休。希望休が取りにくかったけど、
毎月旅行に行けるようになっていた。

オシャレなんて。。。と、思っていたけど、
ハイブランドの服を楽しめるようになった。

お金や時間がなくて趣味が持てなかったけど、
ダイビングを楽しめるようになっていた。



和の食トレーナーの仕事とは？

あなたの食・料理のキャリアを活かし
普段の食事仕度や料理を作ることが
実践・研究の場になり、

その体験を教えることにより、
収入（月商7桁も可能）を
得ることができます。



和の食アカデミーの活動に共感し、
オンライン料理講座を共に広め、
自分や家族の人生を豊かにする仕事です。

コロナ禍のまさに今！ オンライン料理講師が求められてる！

コロナの影響で、
リアルな料理教室が開催できない状況になり、
飲食店の営業時間も短くなっています。

多くの人がお家でご飯を食べる機会が増え、
さらにコロナ感染の対策として
家庭料理の見直しをしている人が
増えているのです。

オンラインで手軽に学べ
美味しくて体に良い
「お母さんの味」を作りたい！
家庭料理を学びたい！
と、多くの人が求めています。



和の食アカデミーとは？

**和の食アカデミーは、
単なる料理教室ではありません。**

一生モノの「食」「料理」の軸を
身につけるための**学校**です。

家庭料理。
家庭の味。
から、家族の平和は生まれる。

**家族平和なくして、
世界平和なし。**

家庭料理で世界を平和にする。

が、和の食アカデミーの**志命**です。

和の食アカデミーのコンセプト

3つの和（輪）

1. 和食の「和」

無形文化遺産の「和食」いわゆる日本料理。
健康食、長寿食ともいわれる日本古来よりの
伝統の智恵をお伝えします。

2. 平和、調和、温和の「和」

「食」は人を良くする。と書きます。
人と人とをつなぎ、**未来への絆を深める**
コミュニケーションツールです。

3. 家族の「輪」

「孤食」「個食」が増えてきている現在。
家族や食卓の在り方が変わってきています。

「家庭の味」で家族が笑顔になる。
家庭料理で家族が家に帰りたくなる。

を、料理のチカラで家族の輪を作ります。

和の食アカデミー オンライン料理講座は 理想の食生活・食卓を作ります！

学校やレシピでは教えてくれない
家庭料理に必要な 4つのチカラ を
身につけられます。

レシピに頼らず
一人で作れる安定の

味付け力

時短料理より
時短になる！

ダンドリ力

毎日のレシピ検索を
しなくなる！

献立力

家族の健康を
家庭料理で守る！

基礎知識力

オンライン料理講座を 受講すると？

BEFORE

- ・毎日、レシピに頼っている。
- ・何年もやっているのに上達しない。
- ・料理教室に行った成果がない。
- ・冷凍食品や既製品を買ってしまう。
- ・添加物の味付けに慣れている。
- ・料理に時間がかかりすぎている。
- ・家族や子どもが「美味しい」と言ってくれない。
- ・作業効率が悪い。
- ・料理がいつもワンパターン。



AFTER

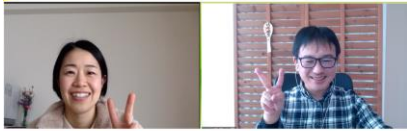
- ・レシピを見なくても、料理を作ることができます。
- ・料理が楽しくなり自然に応用力が身につきます。
- ・子供に受け継がれる料理を作ることができます。
- ・家族が喜んで食べる美味しい料理を作ることができます。
- ・添加物のない食生活に変わります。
- ・料理レパートリーが増えます。
- ・料理時間が短くなります。
- ・ダンドリ良く料理ができます。



見てください！！ 多くの方が料理が楽しくなっています！

脱レシピ！

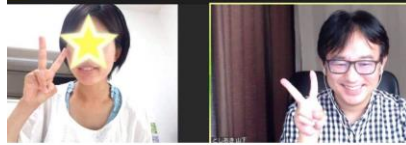
オンライン料理レッスン



子供達が
お母さんの料理美味しいね！
と褒めてくれるようになりました。

脱レシピ！

オンライン料理レッスン



娘ももりもり
食べてくれるので、
作るのが楽しいです。

脱レシピ！

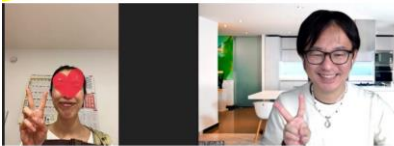
オンライン料理レッスン



同じ出汁を使っているのに、
この味噌汁美味しいね
と母親に褒められました。
子どもも以前は残していたのに
今は真っ先に
飲もうとしています。

脱レシピ！

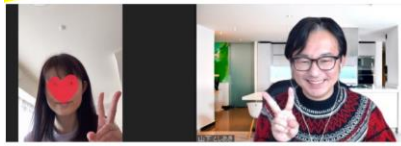
オンライン料理レッスン



「受講を始めて。。/
なんでも手作りしたくなって
料理が楽しくなっています

脱レシピ！

オンライン料理レッスン



たった1回のレッスンであることを
お伝えすると。。。
レシピ検索の
精神的負担が解消！！

脱レシピ！

オンライン料理レッスン



「今日、何作ろう？」の
ストレスがなくなって、
夫婦のコレステロール値が
減りました

脱レシピ！

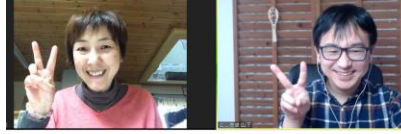
オンライン料理レッスン



以前は義務感で作っていたご飯も、
見た目であったり、
使う材料であったり、
色んな角度から楽しむことが
出来るようになり、
嬉しい変化をすることが出来ました◎

脱レシピ！

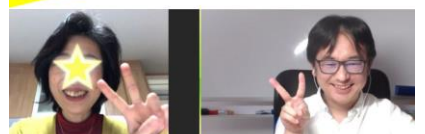
オンライン料理レッスン



子供も主人もキッチンに立つことが増えて、
私は食べるだけと言う時間も増えて、
最初の目的である料理が
上手になるを超えて、
心まで嬉しくなる状態に
なりました。

脱レシピ！

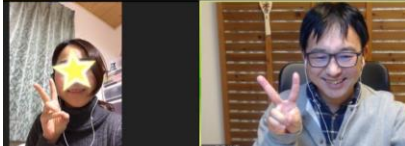
オンライン料理レッスン



料理脳が開花して、
品数を多く作れるようになった。
作りすぎたかなと思っても、
子供が食べてくれるようになった。
作った料理が母にも褒められた。

脱レシピ！

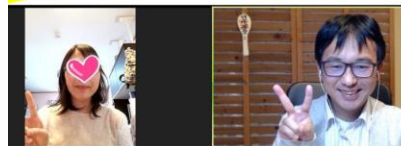
オンライン料理レッスン



講座を受講して、
貧血体質が
改善されました！
普段のごはんが基準になっている
と強く感じています。

脱レシピ！

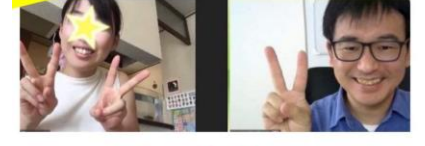
オンライン料理レッスン



ダンドリ術も教わり
美味しい味付けも
できるようになったので、
夕ごはん仕度が
バタバタしなくなった

脱レシピ！

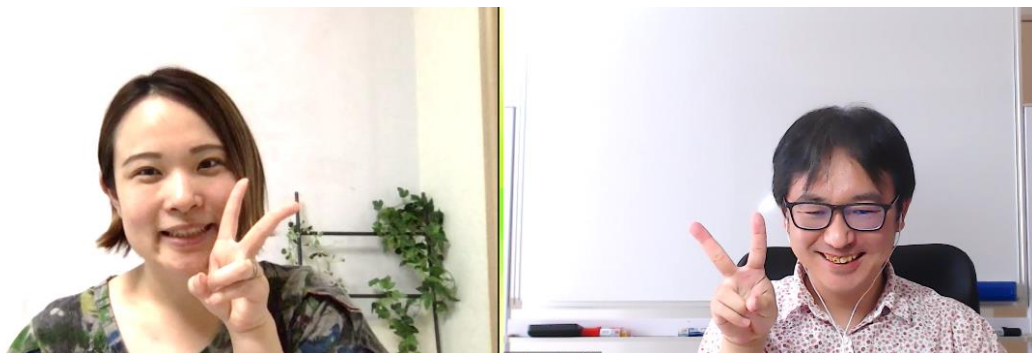
オンライン料理レッスン



魚の煮付けは
義理の父からもおいしい。
と言ってもらえてすごく嬉しかったし、
夫や子どもも
よく食べてくれています。

劇的な変化をしたアカデミー生

毎日「何を作るか」の面倒くささが減って、
とても楽になりました！
小川さん（2児のママさん）



苦手意識のあった魚のレパートリーが
レッスンでたくさん増えて、
早速やってみたい！とワクワクしています。

山下さんが教えてくださることは、
レシピではなくコツなので、
細かく考えることなく取り組んでいけるのが
私にはぴったりだなと感じています。

また、毎日「何を作るか」が本当に悩みだった私でしたが、
このコツを聞いたことで1ヶ月がとても楽になりました！

**何を作るか決まるだけで、料理のめんどくささが一気に
減って、今ではそんなに負担に思わずに済んでいます。**

レッスンで教えていただいた合わせ調味料も、
作って試してみたいと思います♪
ありがとうございました！

劇的な変化をしたアカデミー生

料理は苦痛。

でも、**冷凍食品や出来合いの調味料は使いたくないと、何年もストレス**を抱えていたのに、
完成を楽しめるようになった
荒谷さん（3児のママさん）



【before】

- ・料理の**味が決まらない。**
- ・油を使用する揚げ物等には**苦手意識から手を出すこと**はなく、楽しくないので**料理は苦痛**でした。
- ・冷凍食品や出来合いの調味料はできる限り使いたくない為、それも**ストレス**となっていました。

【after】

- ・つゆっこなどを教わる事により、すぐに**味付けに失敗がなくなりました。**
- ・揚げ物は意外に難しくないことがわかり、**気負いせずできる**ようになりました。
- ・気づけば巷のレシピどおりでなくても、巷のレシピを基に自分でアレンジしたり、**適当におかずを作る事ができる**ようになっていました。
- ・料理は苦痛ではなく、美味しくできるかなぁ？と**完成を楽しめるようになりました。**

子供や家族の変化で お礼のメールを頂きました！！

高知県在住Uさん（2児のママさん）

おはようございます😊

昨日はありがとうございました！
とても勉強になりました。

夕飯の1品に小松菜と油揚げの煮浸しを作ってみました。

「つゆっこ」でち

ょうど良い味になりました😊

ものすごく簡単でびっくり。これならすぐにできます。油揚げをささみやちくわに変えたり、バリエーションを変えてまた作ってみます💡

小松菜を煮る時間は少しでもちゃんと味が染みるんですね。

ありがとうございました！

福岡県在住Sさん（2児のママさん）



あと、あれから、子どもと台所にたつ機会が増え嬉しく、冷凍食品も買わなくなってきていて、こどもからも美味しい！の声がきこえてくるようになりました。

ありがとうございます🙏

9:20

広島県在住Tさん（2児のママさん）

広島県在住Kさん（2児のママさん）

先日はお世話になりました。

子供がお手伝いを率先し、モリモリご飯を食べていたのはとっても感動しました！

ありがとうございました(o^^o)

家でも早速ダシを取ったり、炊き込みご飯を作と、「教室のときのお汁の味だー」とか「またってー」と言ってくれています♪

ありがとうございますm(_)_m

帰って、コーンご飯と、キュウリの浅漬けを早速作りました。

お姉ちゃんは3杯、チビは5杯おかわりしました。

子供たちは、パパに「バリうまいけえ」とすすめてました（笑）

チビは普段ご飯食べないんですよ。おかずだけしか食べなくて私に怒られてるんですけどね、コーンご飯は自分でつぎにいて食べてましたよ(^^)

チビはかなり料理した気分になってます(o'▽'o)

大阪府在住Kさん（2児のママさん）



今日ご飯おいしかったねとお兄ちゃんから一言いただきました❤️
その一言のあと、気を使って、今日もといっていました😊

美味しくなるよう、また別の先生に料理を習いはじめた話をしたら、そうなんやと嬉しそうに笑っていて、なんだかこれからの食事が楽しくなっていく、お弁当も余裕で作れるようになっていく気持ちになれました😊

ありがとうございます😊

20:

日本だけでなく世界の人たちも

(フランス、イタリア、韓国、アメリカ、フィリピン、ロシア)

受けられています！

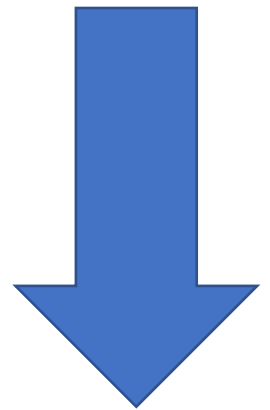


BEFORE

- ・料理が楽しくない。好きでない。
- ・料理に自信がない。
- ・添加物ばかりの食生活。
- ・子どもや主人が「美味しい」といってくれない。
- ・料理に時間がかかる。
- ・料理がワンパターン。レパートリーが少ない。

AFTER

- ・料理のハードルが下がってイライラが減った。
- ・**冷凍食品。お惣菜、出来合いの調味料**を買わなくなった。
- ・**子どもや主人が「美味しい」と**行ってくれるようになった。
- ・子どもや主人が料理をするようになった。
- ・料理が美味しくなった。**美味しい味付け**がわかった。
- ・いろんな料理が作れるようになった。**レパートリーが増えた。**
- ・手際が良くなり、料理時間が短くなった。
- ・**妊娠しました。**



こうなりたい！という方が 受講しています

- ・ **料理のレパートリー**を増やしたい方。
- ・ 料理を **自信をもって楽しみたい方**。
- ・ 料理に時間がかかり、**効率よく行いたい方**。
- ・ 「**家庭の味**」を作り、受け継ぎたい方。
- ・ 料理教室に通っても変わらなかった方。
- ・ **料理の基礎**を学びたい方。
- ・ **添加物のない食生活**を送りたい方。
- ・ **ダシの取り方**をちゃんと学びたい方
- ・ 料理を **子供と一緒に**作りたい方
- ・ 「**美味しいね、おかわり**」と言われたい方
- ・ 将来、**元気な健康な身体**で過ごしたい方

料理は毎日続くもの。
料理は、何年も、何十年も続くもの。

オンライン料理講座では、
一度身につけてしまえば、
一生使え、さらに、次の世代にまで
手渡せるほどの、

家族のため、将来のための、
一生モノのメソッド
を教えています。



「お母さんの味」が作れ
料理が楽しくなる！

オンライン料理講座の流れ①

期間；6ヶ月間

**動画学習型
ZOOMレッスン（約60～90分）
6ヶ月（全6回）テキストあり**

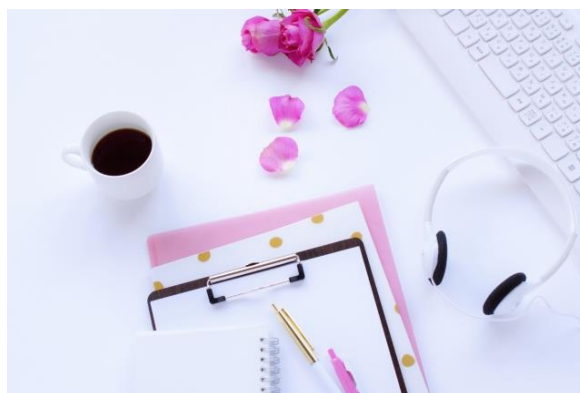
オンライン料理講座授業と料理の相談、説明

・料理メソッド動画講座レッスン（約30分）

・一生モノの料理マインド、基礎力が身につくレッスン

・動画レッスンのミーティング（約30分）

レッスンでの相談、質問タイム



オンライン料理講座 3 つの特徴

1. 料理をしません。

オンライン料理講座は、
レッスン中に料理をすることがありません。
普段の料理、食事仕度で実践することで
料理のチカラが上がっていくのです。

2. レシピに頼りません

レシピに頼らずに料理ができるようになるため
のトレーニングです。

料理上手な方は、
レシピを見ずに料理を作りますよね。
目指すのは、そんな方です。

3. 添加物を使いません。

「家庭の味」「お母さんの味」は、
安心安全で健康的なもの。
家族の健康を守るもの。
ですよね。

冷凍食品、添加物をなくす食生活にします。

好きな料理で人生を豊かにする！

オンライン料理講師 和の食トレーナーを ご紹介します



和食料理人歴20年！
100万食作った経験を活かした
レシピにはないノウハウで、
30分で家族が喜ぶ「家庭の味」が作れる

和の食 *Japanese food*
アカデミー *Academy*



病薬嫌いの人を料理のチカラで助けたい！
という新しい人生を進むために
和の食トレーナーの決断をした
浅野さん（料理人・健康管理士）

1. なぜ、オンライン料理講師になろうと思いましたか？

今までしてきた料理の経験を活かしたい。

2. その時に抱えていた悩みは、何ですか？

勤務時間が長く、低賃金。

3. 料理講師になって解決しそうなことは何ですか？

時間の自由度が上がる。
自分次第で**高収入もあり得る。**

4. 料理講師になって、やりたいこと、叶えたいことは何ですか？

日頃の体調不良のお客様の悩みを、日々食べる料理や生活習慣によって変えて、6ヶ月後には自分で体に良い食事を続けられ、卒業後には**薬に頼らない生活をしていけるようにサポートしていきたい。**

5. 山下としあきの印象を教えてください。

本当にオンラインだけで、大丈夫なのか？という疑問や不安もあったけれど、**的確な指導と鋭い指摘で、安心できます。**
日頃の記録の大事さが伝わります。



年齢なんて関係ない！
人生はいつでも変えられる！
と和の食トレーナーを決断した
増井さん（給食調理員）

1. なぜ、オンライン料理講師になろうと思いましたか？

保育園給食の経験を活かす
生涯できる仕事を探していたからです。

2. その時に抱えていた悩みは、何ですか？

給食の仕事は**肉体労働**なので、限界を感じていました。

3. 料理講師になって解決しそうなことは何ですか？

自由な時間が増え、肉体労働から解放されます。
経済的にも豊かになります。

4. 料理講師になって、やりたいこと、叶えたいことは何ですか？

大好きな子ども達の役に立てる事。
経済的、時間的な自由人になり、
やりたい事をやって、人生を楽しみたいです。

5. 山下としあきの印象を教えてください。

家族を何より大切に想う優しいお父さん。
大きな夢を持って、人を導ける人。

料理初心者、WEB初心者でも大丈夫！
和の食トレーナー制度では、
料理とビジネスが両方学べます！

料理

レシピいらずで美味しくて体に良い
家族が喜ぶ「お母さんの味」が作れる方法

- ・ レシピに頼らず一人で作れる 安定の味付け力
- ・ 時短料理より時短になる！ダンドリ力
- ・ 毎日のレシピ検索をしなくなる！献立力
- ・ 家族の健康を家庭料理で守る！基礎知識力

ビジネス

オンラインビジネス初心者でも大丈夫！
自分で稼ぐオンライン料理講師と
してのビジネスの作り方

- ・ 3秒で共感され15秒で仕事をとれる
セルフプロモーションマーケティング
- ・ 伝えるのではなくて伝わる言葉のチカラ
- ・ 集客と収益をコントロールするカスタマーメイクサイクル
- ・ 感動を与え続ける顧客ファン化オペレーション

和の食トレーナー制度の進み方

1 か月目（準備期間）

【料理トレーニング】

料理のハードルが下がり

味付け力、ダンドリ力が上がる

料理講座レッスン 1、レッスン 2、レッスン 3

【オンラインビジネス準備】

- ・ 夢と現状のギャップを知る自分の棚卸し
- ・ 人生をガラッと変える記録の活かし方
- ・ やりきる自分になれる考え方と実践法
- ・ 上手くいく起業家として欠かせないマインドセット
- ・ 夢を早く実現する方法
- ・ 理想のお客様に出会うSNSの準備



2 か月目（準備期間）

【料理トレーニング】

家庭料理をレベルアップさせる！

献立力と知識力が上がる

料理講座レッスン 4、レッスン 5、レッスン 6

【オンラインビジネス実践】

- ・ 夢を叶える道筋を描く具体策
- ・ 応援してくれる起業家との交流
- ・ 理想のお客様にお願いされるSNS戦略の実践
- ・ 伝わる言葉のトレーニング
- ・ 幸せを叶えるスケジュール計画

3 か月目（ファン作り・露出展開）

【料理トレーニング】

家庭料理の研究とレッスンの練習
教える料理の実践と記録

【オンラインビジネス実践】

- ・ 応援してくれる起業家との交流
- ・ 理想のお客様にお願いされるSNS戦略の実践
- ・ 伝わる言葉のトレーニング
- ・ お互いさまとおかげ様で助け合うミーティング
- ・ 不安にさせないコンサルティング
- ・ 夢と自分と師匠と会話する夢が叶う記録の実践



4 か月目（ファン作り・露出展開）

デビュー試験！！

【料理トレーニング】

家庭料理の研究とレッスンの練習
教える料理の実践と記録

【オンラインビジネス実践】

- ・ 応援してくれる起業家との交流
- ・ 理想のお客様にお願いされるSNS戦略の実践
- ・ 伝わる言葉のトレーニング
- ・ お互いさまとおかげ様で助け合うミーティング
- ・ 不安にさせないコンサルティング
- ・ 夢と自分と師匠と会話する夢が叶う記録の実践

5 か月目（ファン作り・露出展開・体験会実施）

デビュー！！

【料理トレーニング】

家庭料理の研究とレッスンの練習
教える料理の実践と記録

【オンラインビジネス実践】

- ・ 応援してくれる起業家との交流
- ・ 理想のお客様にお願いされるSNS戦略の実践
- ・ 伝わる言葉のトレーニング
- ・ お互いさまとおかげ様で助け合うミーティング
- ・ 不安にさせないコンサルティング
- ・ 夢と自分と師匠と会話する夢が叶う記録の実践



6 か月目以降～（ファン作り・露出展開・レッスン開始）

レッスン開始

【料理トレーニング】

家庭料理の研究とレッスン開始
教える料理の実践と記録

【オンラインビジネス実践】

- ・ 応援してくれる起業家との交流
- ・ 理想のお客様にお願いされるSNS戦略の実践
- ・ 伝わる言葉のトレーニング
- ・ お互いさまとおかげ様で助け合うミーティング
- ・ 不安にさせないコンサルティング
- ・ 夢と自分と師匠と会話する夢が叶う記録の実践

利益が出なければ、仕事じゃない！

和の食トレーナーは

好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れる。

ために作られた
料理教室の常識にはない
ビジネスモデルです。



頑張れば頑張るほど収益になる！

和の食トレーナー 売り上げシュミレーション

**オンライン料理講座 150,000円
一人の成約収益は、105,000円です。**

つまり
1か月に3人生徒を成約すると、
315,000円。

1か月に5人成約すると、
525,000円。

1か月に10人成約すると、
1,050,000円。

**成約人数が増えると、
料理講座の単価を最大250,000円まで
上げることも可能です。
成約収益は、175,000円まで上がります。**

(レッスン内容や生徒さんの成果事例等を考慮して
山下が判断いたします)

0 から実現された証明がある！

和の食トレーナーは

好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れる。

ための記録から
成り立っています。



営業経験・販売経験なし。
WEB経験。SNS経験なし。

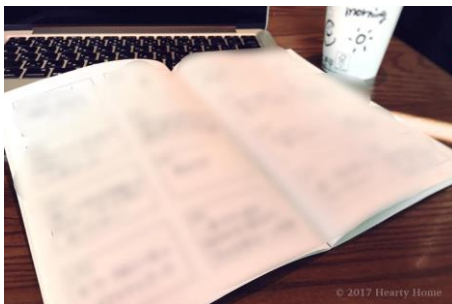
地方在住の板前から起業し、
月商7桁オンライン料理講師を
実現したビジネスメソッド

本やセミナーなどで得たノウハウを
そのままお伝えするのとは違い、

数百万円かけてビジネスを学び
実際に行った3年間の考動の記録を元に、

“ゼロからの起業”から“月商7桁”を
築けたことをお教えするので、

再現性のあるビジネスが
あなたにも可能なのです。



ビジネス初心者でもできる！ 再現可能なビジネスの考動記録

和の食トレーナー制度では、
ビジネス初心者でもできるように

会社員でなく、
雇われているのではなく、

経営者、事業家、起業家
としてのチカラを
育てていきます。



**料理教室や資格制度
(インストラクター制度)では、
ビジネスのことまでは、教えてくれません。**

誰でも再現できる仕組み 和の食トレーナーのサポートプログラム

料理とビジネスを学び豊かになるための
教科書 トレーナークエスト

数百万円かけてビジネスを学び実践した
3年間の**考動記録**をまとめ、
再現できるように
テキストにまとめました

和の食アカデミートレーナー育成テキスト

TRAINERQUEST

《トレーナークエストガイド》



和の食アカデミープロデューサー
山下としあき

Copyright 2020 和の食アカデミー All Rights Reserved.

1

一人になっても学べる環境！ 和の食トレーナーのサポートプログラム

あなたのビジネスを確立し加速させる
和の食トレーナーサポートブログ

和の食ラボ

いつでも予習・復習ができる大辞典ブログ
起業初心者の応援サポート！

新しい働き方ブログ
和の食ラボ



何を行うのかではなく、
なぜ行うのか。

自燃力・駆動力
強いヤル理由

決して一人じゃない！チームで高める！ 和の食トレーナーのサポートプログラム

白熱のディスカッション！
望む未来への近道
和の食チームコンサルティング

お互いさまとおかげさまの関係！

仲間と応援高めあうことで、
仕事の不安が楽しさになる





初めまして。

和食料理人歴20年！
100万食作った経験を活かした
レシピにはないノウハウで、
家族が喜ぶ「家庭の味」が作れる
オンライン料理講座

**和の食アカデミー代表
山下としあき**です。

平成から令和に変わり、
コロナウィルスの激動の時代の真っ只中。
夫婦でよく話すことがあります。

「あの時に決断してよかったね」

それは、2017年5月。
ボクが起業を決断した日です。

料理人は、**二つの道**を目指します。



**料理長として雇われるか。
独立して飲食店の経営をするか。**

料理長への道は、いわば椅子取りゲーム。

年功序列によって決まることも多いし、
雇われた会社の経営によっては、
いっとうなるかの不安も大きいです。

独立して飲食店の経営も
開業資金や経費なども含めると、
大きい資金の準備も必要になりますし、

今の世の中経営していくのも
朝から夜遅くまで働かなければやっていけません。



そんな二つの道しかないのかと、
将来に希望を持てませんでした。

しかも、
長時間拘束される。
給料アップも見込めない。
長年のキャリアもいつまで活かせるかわからない。

そうなりと、もちろん
**自分や家族の時間は、
どんどん削られるばかり**です。

これは、料理人でなく
他の食に関わる業種も同じです。

栄養士、給食調理員、飲食店経験者、看護師、介護士など。

若い頃に頑張って、
資格をとり、キャリアを重ねてきたけど、
給料に反映されず、

家族や自分の時間を犠牲にして、
長時間勤務し、納得がいかない給料をもらい
時間に追われながら生活する。

あなたは、そんな人生を送っていませんか？



以前のボクは、そうでした。
休みをとるのも人や会社に気を遣い、
自分や家族の都合で人生が歩めない。

しかも、
身体一つで長時間働いているので、
もし、ボクの身に何かあれば、

家族の生活が破綻する。
そんな不安もありました。

**時代は、どんどん進化しているのに、
働き方は、全然変わらない。**

そんな憤りと将来に強い希望をもって
ボクは、起業しました。

それは、
自分や家族を優先した新しい働き方を創る！！
と決断した時だったのです。



ただ決断したのですが、
やはり不安ばかりです。

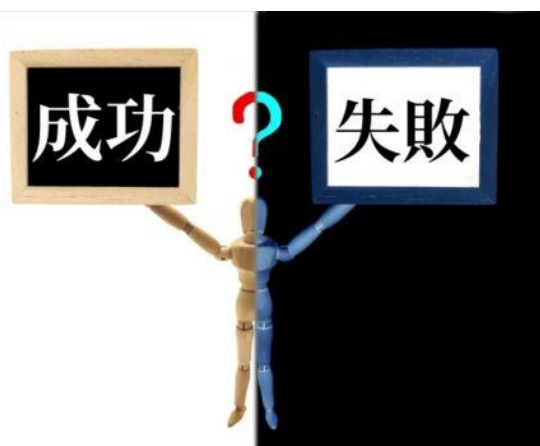
収入の不安。
家族への責任の不安。
将来への不安。

そして、
ビジネスのコンサルを受けようと思ったのですが、
まあ、コンサル代って高い！！

世間では、常識なのかもしれませんが、
全然そんなことも知らないままの
スタートだったのです。

**好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れたい！**

そんな強い想いを叶えたく、
借金をして起業しました。



家族を養うこと。
家のローンがあること。
の不安もありましたが、

借金をすることで、
それが背中を押す理由になり、

上手くいったこと。
上手くいかなかったこと。
の繰り返しで、苦労・努力してきました。

2018年1月に
オンライン料理教室「お父さん食堂」として開業し



2020年1月から「和の食アカデミー」
として活動しています。



約2年間で、ボクの生活は、大きく変わりました。

オンラインでのシゴトなので、
パソコンがあれば、どこでもシゴトができます。

時間も場所も自由に決められます。

今までの料理人としてのキャリアを活かし、
アカデミー生に感謝されるシゴトになっています。

収入も**月商7桁**を稼げるようになっていきます。

2年前とは、比べることができないくらいの変化をしているのです。



**一番嬉しいのは、
家族との時間が増えていること。**

料理人時代は、朝6時から夜22時まで働いていましたし、
(忙しい時は、家に帰れなかった時も普通にあった)

希望の休みもなかなかとれないのもあって、
家族や子供の行事には、全然参加できませんでした。

しかし、今は、
入学式、卒園式、運動会、発表会、授業参観にも
参加でき、

旅行、キャンプ、海水浴、BBQなど、
家族で楽しむ時間が当たり前になっています。



**ラジオやテレビにも出演し、雑誌などから
取材も受けています。**

そして、
2020～2021年（コロナ前にね）には、
ハワイにも2回行き、
ダイビングライセンスも取得できました。

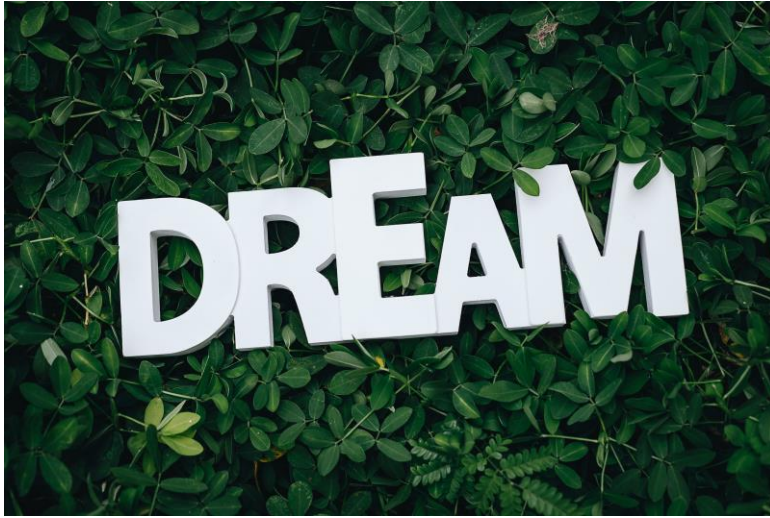
ダイビングなんて、
テレビや雑誌のなかの映像の世界。
と思っていた**淡い夢が、現実のモノとなったのです。**

しかも、
ハワイの海で沈没船を泳ぎ、
**海がめとも泳ぎ、野生のくじらにも遭遇するといった
感動体験もできました。**



こんな人生が送れるようになったのは、
起業を決断し、考動し続けたからです。

ボクは、和の食アカデミーで
叶えたいことがあります。



料理を食べるのも好き。
料理を作るのも好き。

料理の話も好き。
料理を教えるのも好き。

そして、
家族と過ごす時間も好き。

これを全部叶えてやろう！

と、思って
オンライン料理講師をしています。

だから、
料理が苦手。
料理が苦痛。
料理が楽しくない。

という人を、

**料理が楽しくて、好き。
になる世界に引き込みたいのです。**



ボクと同じように

**料理が好き。
家族が好き。**

という人を
増やしていきたいのです！！

料理が好き。
家族が好き。
という人がどんどん増えると、

家庭料理。家庭の味。
から、家族の平和は生まれます。

そうすると、

家族平和なくして、世界平和なし。
家庭料理で世界を平和にする。

これが、和の食アカデミーの志命であり、
そんな世界をボクは、創りたいのです。



そうしたうえで、

**好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れたい！**

**そしてその方法を
手渡していきたい！**

そう思っています。



もし、あなたが、
和の食トレーナーの活動に
共感し賛同してくれるなら、

**好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れる**ために

オンライン料理講師を
一緒に行っていきましょう！



好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れる

和の食トレーナー 育成サポート内容

個人起業家のフランチャイズ制度

- * 和の食アカデミートレーナークエスト活用権利
- * 山下としあきとの個別ミーティング（無制限）
- * 山下としあきとのメール対応（無制限）
- * トレーナーのみのグループディスカッション（月1程度）
- * 山下としあきが主宰するアカデミーへの参加
- * 山下としあきが持ち合わせる魅せ方・伝え方のすべての素材・ツールの活用権利

参加権利金 550,000円（税込）

+

プロデュースフィー：毎月の売上の30%

人生は一度きり。

お金、時間、他人の目、
今までの常識に左右されることなく、

**仕事もプライベートも
愛する家族と、好きな場所で、
好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れて、共に豊かになる。**

そんな人生を送る和の食トレーナーとして
成長して欲しい。

そして、そうなると決め、
**挑戦するあなたを
ボクは心から応援します！**



自らが感動し 感動を伝えられる 感動人になろう！

選ばれる先生としての背中を魅せる。
あなたの生徒はあなたの一挙一動を見ています。

今の時代。
実績がある。権威がある。立場がある。
ノウハウがある。だけでは、
人は集まりません。

誰よりも **自らが楽しみ感動する** ことで、
誰よりも感動を伝えられる。
そんな人に人は集まるのです。



初めは、みんな初心者です。

できるからやるではなく、
やるからできる！

ボクも初めは、そうでした。

だからこそ一緒に歩いていけるのです。



“人生は思い通りにはいかないモノ“だけど、
想った通りにしかない！

自分の気持ちを蓋をせずに
嘘をつかずに**素直に生きよう！！**

そして、
**好きな時に好きなことができる
幸せを手に入れて、
自分や家族に感動を与える人生を歩もう！！**

