



2016年9月29日

報道関係者各位

スポーツ界を‘食’で支えるアスリートフードマイスターの最高峰 『アスリートフードマイスター1級』資格保持者が初誕生！

2020年東京オリンピックも視野に8名が難関をくぐり、見事合格しました

今、トップアスリートが求めているのは「メンターであり、コーチであり、スポーツマネジメントを出来る人」です。食とスポーツの重要な関係性を広く生活者に広めることを目指す株式会社アスリートフードマイスター（東京都渋谷区：代表取締役 福井栄治）は、東京オリンピック・パラリンピックに向け、トップアスリートの求める人材を育成するべく、アスリートフードマイスターに最上級資格を設けました。（※6月に第1期を開講）

アスリートフードマイスター1級の資格保持者は、プロあるいはハイアマチュアアスリートの健康な体づくりと、よりよいパフォーマンス発揮のために、1 to 1のアドバイスができる人として社会で活躍することを目指していきます。

本日、初のアスリートフードマイスター1級保持者が8名誕生いたしました。

■アスリートフードマイスター1級合格者

石村智子（埼玉県）、木原夕子（山形県）、坂本君枝（大分県）、庄内菜穂子（東京都）、田代由紀子（東京都）、立原瑞穂（東京都）、土屋里恵（神奈川県）、正村紗季（神奈川県）

※50音順

■認定日：2016年9月20日（認定委員会による合議日）

<アスリートフードマイスター1級 カリキュラム>

科目名	内容
アスリートフードマイスターのドメイン	アスリートフードマイスターに求めること、できること・できない（してはならない）こと、医療行為・医薬品医療機器等法（旧薬事法）抵触表現の禁止、他のスペシャリスト（医師、トレーナー）との連携の重要性
コーチング①・②	コーチング基礎、信頼関係構築と円滑なコミュニケーションのためのテクニック、ロールプレイング
予防と治療のケース・スタディーメンタル編	気持ちの落ち込み、ストレス、摂食障害
予防と治療のケース・スタディー 内科編	感染症、消化器疾患、貧血、月経障害
予防と治療のケース・スタディー 外科編	肉離れ、骨折、靭帯損傷、腰痛
フード・プランニング実践①・②・③	一連の「フード・プランニング」に挑戦 アセスメント→アウトプット→アウトカム→レビュー、気付きのセッション
アスリートの栄養管理①・②	5大栄養素、栄養計算
情報の取捨選択（E BN）	E BNの考え方と具体的な注意点

アスリートフードマイスターとは

アスリートのパフォーマンスを最大化するために、年齢別・種目別・時期別に合わせ、最適な食プログラムを提供する人材です。

1. 年齢別

成長期である10代の高校野球児と50代のマラソンランナーでは、摂取すべき栄養素も食事量も異なります。年齢に応じた総合的な食のサポートを行うことが必要です。

2. 種目別

スポーツの種目によって、瞬発力や持久力など重要視される能力は異なります。種目ごとに必要とされる能力を理解し、食のサポートを行うことが必要です。

3. 時期別

種目によっては、オンシーズンやトレーニングシーズンがあり、時期によって運動量や運動の目的が異なります。1年間で、どの時期にどんな栄養素をどれくらい摂取すべきかを計画していくことが必要です。

アスリートフードは「健康的な食事」から栄養素を不足なく補うこと、その上でタイミング別に「いつ」「何を」「どのように」食べたらよいかを考えていきます。幅広い種目に関係する方々に学んでいただくため、瞬発力・持久力・メンタルのように重視される競技別の食事の考え方に基づきオフ期・トレーニング期・試合期といったタイミング別の食事をアドバイスする力を養成しています。

<資格取得者数>（1級取得者を除く情報は、2016年8月末現在のもの）

【累計受講生数：10,453名】

- ・アスリートフードマイスター1級： 8名
- ・アスリートフードマイスター2級： 224名
- ・アスリートフードマイスター3級：8,094名
- ・アスリートボディケア・セルフトレーナー：367名

<アスリートフードマイスター 沿革>

2010年7月 日本野菜ソムリエ協会の講座として第1期開講

2013年5月 ボディケアを理解できる人を養成するため、「アスリートボディケア・セルフトレーナーコース」を開講

＊資格を持つ奥様の“内助の功”による、トッププロ選手の好成績が話題に

2014年2月 株式会社アスリートフードマイスター設立

（日本野菜ソムリエ協会を運営するフードディスカバリー株式会社より別会社化）

取締役会長：見城 徹（株式会社 幻冬舎）

代表取締役社長：福井 栄治（フードディスカバリー株式会社）

2016年4月 プロアスリートの資格者である妻による「アス妻会」を発足

現役選手、スポーツ愛好家、ジュニア世代まで全てのスポーツに取り組む方々を対象とし、これまでに培った知識を広く社会に対して『アスリートフード』の価値を発信することを目的として活動を開始。

2016年6月 受講生数が1万人を突破

詳細は下記ホームページをご参照ください。

<http://athlete-food.jp/>