

2019年8月1日

各位

トップアスリートを食で支えるスペシャリストを育成。  
『アスリートフードマイスター 2020GM10 プロジェクト』始動！

スポーツをする人のための食事学を学ぶアスリートフードマイスターの資格を認定している一般社団法人日本アスリートフード協会（東京都中央区：理事長 福井栄治）は、2020年に向けて、トップアスリートの「食事マネジメント」を担える人材育成強化プロジェクト『アスリートフードマイスター2020GM(ゴールドメダル 10)プロジェクト』を開始しました。2020年はもちろんのこと世界で戦える未来のアスリートたちを食で支えることで、日本のスポーツ界に貢献できるアスリートフードマイスターの育成を進めていく予定です。



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のことです。アスリートの身体づくりやパフォーマンス向上のための食事のアドバイスとして、「いつ」「何を」「どのように」食べたら良いかを分かりやすく伝えることで競技者をサポートします。7月に韓国・光州で行われた水泳世界選手権で200メートルと400メートル個人メドレーの2種目でオリンピック出場内定を獲得した瀬戸大也選手の奥様、飛込の元日本代表でもあった優佳さんは、現役引退後の2017年にアスリートフードマイスターの資格を取得。瀬戸選手のパフォーマンス最大化に大きく貢献されています。

当協会では、当プロジェクトの一環として、「アンチ・ドーピング」や「スポーツ熱中症予防」勉強会、また元オリンピック選手や関係者によるセミナーや講演会を開催してまいります。第一弾として、シドニーとアテネオリンピックの日本代表（トラック競技）、大島めぐみさんを講師にお迎えしセミナーを開催いたします。

#### 【8月開催セミナー概要】

『オリンピックを目指すためにジュニアアスリートに今から取り組んでほしいこと』

【日時】2019年8月31日（土）14：00-15：15

【場所】アスリートフード協会 築地教室  
（東京都中央区築地 3-11-6 築地スクエアビル 7F）

#### 【内容】

- ・ジュニアアスリート（10代）がオリンピック選手を目指すために必要なこと（トレーニング、習慣、食事、メンタル）
- ・日本代表選手としてのオリンピックの感想
- ・東京オリンピックの楽しみ方
- ・他

【定員】先着20名

詳細・お申込みはこちらをご覧ください⇒[http://blog.831s.com/athlete/2019/07/31\\_2020gm10.shtml](http://blog.831s.com/athlete/2019/07/31_2020gm10.shtml)

過去にオリンピック選手を輩出した明治大学体育会水泳部で、現在監督を務める佐野秀匡氏など、今後も第二弾、第三弾の講演を予定しております。また 11 月の「アスリートフードマイスター・アワード 2019」では、ユース世代アスリートの指導者向け講演や、各種イベントも予定しております。

《講師紹介 大島めぐみ さん》

シドニー、アテネオリンピック日本代表（トラック競技）  
2005 年世界陸上ヘルシンキ大会マラソン銀メダル（団体）  
トラックからマラソンまで幅広い競技にて対応できる日本を代表する  
屈指のスピードランナー。  
現在は一児の母。市民マラソンのゲストランナーや講演等で活動の場を  
ひろげ、ランを通じた社会貢献活動にも力を入れている。  
アスリートの視点から見た食事法に関しても関心が高い。



■アスリートフードマイスター資格取得者数(2019年6月末現在)

【累計受講生数：17,373名】

- |                      |   |         |
|----------------------|---|---------|
| ・アスリートフードマイスター1級     | : | 51名     |
| ・アスリートフードマイスター2級     | : | 507名    |
| ・アスリートフードマイスター3級     | : | 14,230名 |
| ・アスリートボディケア・セルフトレーナー | : | 619名    |

■一般社団法人日本アスリートフード協会 概要

理事長： 福井 栄治（フードディスカバリー株式会社 代表取締役社長）

所在地： 東京都中央区築地 3-11-6 築地スクエアビル 7F