



2021年2月25日

各位

「スポーツのための食事学」アスリートフードマイスターが英語で受講可能に
英語版『Athlete Food Meister - Basic』
2021年3月1日より配信スタート

スポーツパフォーマンスを最大化するための食事のプランニングを行う人材を育成する「アスリートフードマイスター」の資格認定を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、以下当協会）は、このたび、海外からの要望に応え、「アスリートフードマイスター3級」の英語版にあたる「Athlete Food Meister - Basic」を2021年3月1日より販売開始することになりましたのでお知らせいたします。

■「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。一般社団法人日本アスリートフード協会が認定する民間資格です。3級の基礎コースでは身につけた知識を自身や家族の食生活に役立てられます。実際に、アスリートフードマイスター養成講座で学び取得した資格が、様々な競技種目で活かされています。

【主な種目】

- ・サッカー・テニス・フットサル・ゴルフ・ボクシング・陸上
- ・野球・バレーボール・バスケットボール・スノーボード
- ・スケート・水泳/競泳・マラソン・格闘技・バレエ/ダンス
- ・ラグビー・トライアスロン・自転車競技など

資格取得者数(2020年12月末現在)

【累計受講生数：20,120名】

- ・アスリートフードマイスター3級 : 16,689名
- ・アスリートフードマイスター2級 : 616名
- ・アスリートフードマイスター1級 : 60名
- ・アスリートボディケア・セルフトレーナー : 680名



■ **本件お問合せ先：** 一般社団法人日本アスリートフード協会 広報

東京都中央区築地 3-11-6 築地スクエアビル 7F TEL (03) 6278-8829 FAX (03) 3541-1337

URL : <https://athlete-food.jp/http://athlete-food.jp/> E-MAIL : koho@athlete-food.jp



修了生の声



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)

競技経験から、食事がスポーツのパフォーマンスを左右する体感がありましたが、食べる物だけでなくタイミングの重要性を学びました。資格取得後は講演・セミナーで食事のお話をする機会も増え、活動に広がりがありました。



国枝愛さん

プロ車いすテニスプレイヤー 国枝慎吾選手

奥様

車いすテニスプレイヤーである夫との結婚を機に受講しました。日々の食事にはそれなりに気を使っているつもりでしたが、夫自身もある程度栄養に関する知識はありましたが、その時の夫の体調や練習量などによってより具体的に献立を立てられるようになったと思います。遠征先ではなかなか思うようにバランスの取れた食事が取れないため、ここ数年は私も遠征に帯同。キッチン付きであれば食事を作ったり、非常食用のお米で補食用におにぎりを作ったりなど、サポートをしています。

■ トップアスリートが取り入れている食事メソッドを日本から海外へ

今まで日本で多くのトップアスリートの方をはじめ、その奥様やパートナー、キッズアスリートを支える保護者の方、指導者、マネージャー、トレーナー、管理栄養士など、アスリートと共に戦う多くの方々を受講しています。また、多くのスポーツ関係者が、アスリートフードマイスターによるアスリートフードを実践したことで、食の悩みの改善、パフォーマンスの変化を実感されています。

「Athlete Food Meister – Basic」コースの開設により、お申込みから受講、修了試験までを自宅で完結できることに加え、英語での提供を可能にし、日本だけでなく海外のアスリートをサポートする人材育成の要望に応えていきます。

■ 「Athlete Food Meister – Basic」コースの概要

「スポーツのための食事学」の基礎知識を中心に学び、身につけた知識を自分や家族の食生活に役立てることを目指します。

販売開始日

2021年3月1日

■ **本件お問合せ先：** 一般社団法人日本アスリートフード協会 広報

東京都中央区築地 3-11-6 築地スクエアビル 7F TEL (03) 6278-8829 FAX (03) 3541-1337

URL : <https://athlete-food.jp/http://athlete-food.jp/> E-MAIL : koho@athlete-food.jp



提供方法

全カリキュラムをWEBで学習するスタイルです。テキストと補足音声を英語で視聴することができます。(ご利用にはインターネット環境が必要です) 修了試験はWEB試験となります。

カリキュラム (4コマ)

アスリートフード学	アスリートの“食事のあり方”を解説します。スポーツに取り組む人が必要とする食事とはどういうものか、アスリートフードの基本を学ぶ科目です。
フード・チョイス	食事で体のコンディションを整えるためには、口にする食材の栄養価はもちろん、適切な食べ方などにも配慮することが必要となります。様々な視点からアスリートに必要な食材の選び方を学ぶ科目です。
フード・プランニング	ワークを多く用いて「いつ」「何を」「どのように」食べるかといった、タイミング別の食事計画を立てる練習をする科目です。
アスリート・レシピ	アスリートフードの考え方にもとづいて、対象者やタイミングに合わせた献立の作り方を学ぶ科目です。

※カリキュラム内容は変更になることがあります。

受講料

73,700円(税込)

※受講終了後の修了試験料(1回分)を含みます

お申込・詳細

<https://fooddiscoveryacademy.com>

■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)

所在地： 東京都中央区築地 3-11-6 築地スクエアビル 7F