

2016年9月20日

報道関係者各位

2020年東京オリンピックに向けて、アスリートを「食」でサポート

『アスリートフード実践BOOK』

9月23日 全国のセブン-イレブン(他一部書店)にて発売

有名アスリート、その妻 田中美保(稲本潤一)、宇佐美蘭(宇佐美貴史)、大島めぐみ(本人)など13名が登場!

2020年の東京オリンピック開催も間近になってきた昨今、一般生活者の健康志向も一層に高まってきており、特にスポーツを楽しむ人々の間では、パフォーマンスの向上や体力作りには“スポーツのための食事”が欠かせないものとして認知されてきております。

この度、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、一般生活者の皆様に向け「アスリートフード」とはどんなものか、またどうやって実践できるのかを知って、生活の中に取り入れていただくことを目的に、書籍を発行する運びとなりました。

株式会社アスリートフードマイスターは、プロ・アマチュア問わずスポーツをする全ての方が「食」のサポートを受けられる社会を目指し“アスリートフードマイスター”の養成を行っております。

『手軽に、自宅で、食べて勝つ!アスリートフード実践BOOK』
書籍概要

■発行日:2016年9月20日

■出版社:株式会 幻冬舎

■監修:株式会社アスリートフードマイスター

■価格:定価650円+税

■内容

<本書の特徴①>

強い体をつくる 食事のすべてがわかる!

勝ちたい。記録を残したい。すべてのアスリートの望みを実現するために「いつ」「何を」「どのように」食べたらいいいのか、を分かりやすく説明。人気スポーツに必要な5つの力である・持久力・瞬発力・筋力・減量・集中力に注目し、コンビニ・スーパーで気軽に手に入る食品や食材を紹介。また基本の食事をベースに、それぞれ「試合三ヶ月前」「試合一週間前」「試合当日」「試合直後」に実践したい食事内容を詳しく図解します。

<本書の特徴②>

トップアスリート本人やアス妻*が実践した、生の声を掲載しています。

(※アス妻:アスリートフードマイスターを取得したプロスポーツ選手の妻で、弊社が認定した方のこと)

■登場するアスリート本人・アス妻

田中美保(稲本潤一)、宇佐美蘭(宇佐美貴史)、大島めぐみ(本人)、川内鴻輝(本人)、今江幸子(今江敏晃)、糸井恵美(糸井嘉男)、菊次祐美(琴奨菊)、梶原沙帆(豊ノ島)、松尾翠(福永祐一)、松村香織(松村道央)、袖山由美(袖山哲朗)、池田清子(池田祐樹)、大久保響子(大久保裕樹)

■販売先:セブンイレブン各店および全国の一部書店

