



2016年4月27日

報道関係者各位

**結果の出る資格として一流アスリートに話題！**  
**アスリートフードマイスター1級を新設**  
 ～スポーツ界を「食」で変える、より高度な資格へ～

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、アスリートフードマイスター3級、同2級の上級資格として1級を新設し育成することになりましたのでお知らせします。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が出来る人」という時代の要請にこたえ、東京オリンピック・パラリンピックの開催に向けて、トップアスリートをサポートする人材を育成します。

### アスリートフードマイスター1級の概要

◆アスリートフードマイスター1級コースのゴール

プロ或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の発揮のために、One to One のアドバイスができることを目指します。

◆開講スケジュール

2016年6月25日（土）・26日（日）・7月9日（土）・10日（日）

◆カリキュラム（各1.5時間×12コマ）

| 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<br>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<br>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 B N）           | E B Nの考え方と具体的な注意点   |

◆受講料

アスリートフードマイスター1級コース（通学制）総額 180,000円（税込）

※受講修了後の1回分の検定料を含みます。

※検定試験に不合格となった場合は、別途試験料 18,000円（税込）をお支払いいただくことで、次回以降の検定試験を受講することができます。

◆受講資格

- ・本募集要項及び注意事項の記載内容に全てに承諾いただいた方。
- ・アスリートフードマイスター2級の資格をお持ちの方。



## ●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。

アスリートフードとは「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> (2016 年 3 月末現在)

- ・アスリートフードマイスター3 級：7,055 名
- ・アスリートフードマイスター2 級： 185 名
- ・アスリートボディケア・セルフトレーナー：336 名

【累計受講生数：9,413 名】

詳細は下記ホームページをご参照ください。

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