

資料

東京2020大会時の競技者栄養評価システムのデータ活用－オリンピック選手のレストランでの食事摂取状況－

佐藤 尚子^{*1}、富田 麻莉^{*1}、恒任 直美^{*1}、高戸 良之^{*2}、
吉野 昌恵^{*3,*4}、元永 恵子^{*4}、亀井 明子^{*4}

^{*1} シダックスコントラクトフードサービス株式会社、^{*2} シダックス株式会社、^{*3} 山梨学院大学、

^{*4} 国立スポーツ科学センター

筆者はレストランの運営を受託する給食会社に所属し選手の食環境整備に関わっている。そこでより良い運営につなげることを目的とし東京2020大会期間中にレストランを利用した日本代表選手の喫食データを用いて食事摂取状況を分析した。

分析には試合前の6月から7月にかけて28日間利用のあったA競技（9名）を対象とした。食事摂取状況は競技者栄養評価システムに登録された食事記録のうち、登録された朝食・昼食・夕食の3食が揃った日のデータを用いて分析した。さらに期間を6月期、7月前期、後期に分け、長期利用中での食事に関連する指標の変化に着目した。

試合期の1日あたりのエネルギーおよび栄養素摂取量から6月期と7月後期のエネルギー摂取量はおおよそ同じだが、エネルギー産生栄養素バランスの変化ではエネルギーたんぱく質比、エネルギー脂質比は7月後期でわずかに低下しているところ、エネルギー炭水化物比はわずかに高くなった。A競技の選手においては試合に向けて活動量が低下し体重が増える可能性を考慮しながらも炭水化物摂取量は確保し脂質の摂取量を控えるなど試合前の活動量に合わせて調整を行った可能性が示唆された。

今後は蓄積された様々な競技選手のデータを評価・分析し食事の質が向上する取り組みを進め、給食受託会社とJISSとの連携した取り組みが国内でスポーツ実施者に対して食事提供を行う施設のモデルとなれるように進めていきたい。

キーワード：東京2020大会 試合期 食環境整備 競技者栄養評価システム

I 緒言

ハイパフォーマンススポーツセンター（以下、HPSC）内にある国立スポーツ科学センター（以下、JISS）のレストランR³（以下、レストラン）では、競技種目や個人の体格、合宿や体づくりの目的などに合わせて選手が自分で食事内容や量を調節できるよう、カフェテリア・ビュッフェスタイルで食事が提供されている。東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会（以下、東京2020大会）では、2021年6月1日から大会期間中は日本代表選手がHPSCを優先的に利用し¹⁾、レストランに設置されている競技者向け栄養評価システム（JISS製、東京：以下、競技者栄養評価システム）をコンディショニングに活用した競技団

体もあった。

トップアスリートにとって、試合前の食事はコンディショニングを維持し、試合に向けた調整を行う上で、非常に重要である。一方、これまでに日本代表選手の大規模国際大会時の食事摂取状況に関する報告はほとんどなく、試合前のレストランでの食環境整備について参考となる資料は少ない。HPSCでは競技者栄養評価システムの利用を開始してから約10年が経過したことに加え、東京2020大会における日本代表選手の喫食データが蓄積され、より大きなデータ蓄積となった。そこで、レストランにて蓄積された選手のデータを解析し、より良い食環境整備に応用することを着想した。

本報告では、これまでに蓄積された喫食データを解析し、HPSCレストランの運営をより良く発展させる