



BASKETBALL
TEAM

Vol. 6

食事の本棚



CHIBAJETS



荒尾 岳選手



身体作りは食事が基本！
基本的に国産を食べます！



こんにちは！農林水産省 関東農政局です。
今回はプロバスケットボールチーム・千葉ジェッツ
荒尾 岳選手のお食事を紹介しています！
スポーツ選手のお食事、是非見ていきませんか？

氏名

荒尾 岳

年齢

37歳

身長

198cm



出身

富山県

趣味

最近キャンプにはまっています。
炭火で理想通りに焼けるように
頑張っています！



副菜

体の調子を整える

- ・ 野菜
- ・ 豆類
- ・きのこ
- ・ 海藻など

この写真は適量にしていますが、
この倍量は食べます。
(荒尾選手より)

主食

主に身体の
エネルギー源となる

- ・ ご飯
- ・ パン
- ・ 麺類
- ・ 芋類など

主菜

主に身体をつくる
もととなる

- ・ 肉
- ・ 魚
- ・ 大豆
- ・ 卵など

お品書き

主食： ご飯

主菜： 鶏肉のグリル

副菜： 焼き野菜

Player's voice

選手のひとこと

66

タンパク質だけは必ず摂るように心がけていて、3食しっかり食べるようにしています。

無理に嫌いなものを食べるのではなく、同じ栄養素を持つ他のものから摂るのもありだと思います！

99

基本的に国産を食べます！
産地も確認しています。



千葉ジェッツ社会貢献活動

JETS ASSIST紹介

”PLANET”(地球を守る),“PEOPLE”(支援が必要な人に手を差し伸べる),“PEACE”(平和・安心安全)の3つのPを基軸とした「オフコートの3P」をコンセプトに、地域コミュニティの抱える課題解決やSDGsに寄与する社会貢献プロジェクトです。



©CHIBAJETS FUNABASHI

試合会場で
フードドライブを実施



©CHIBAJETS FUNABASHI

JA・農林水産省とコラボし、
船橋市産品を使った料理体験教室を開催

参加
しています！



©CHIBAJETS FUNABASHI



©CHIBAJETS FUNABASHI

自治体と連携してひとり親世帯を優先的に
案内する子ども食堂を実施

参加
しています！



©CHIBAJETS FUNABASHI

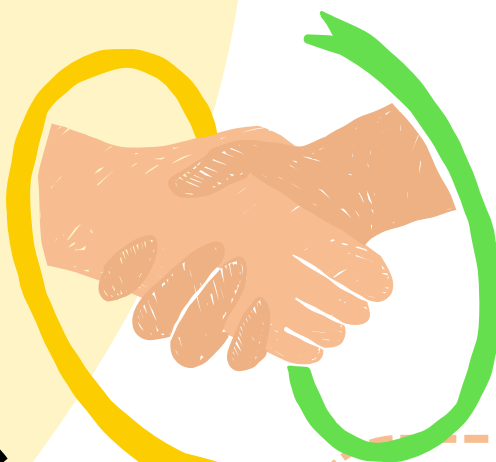
地元の子どもたちと
田植え体験を実施



©CHIBAJETS FUNABASHI

ご存知ですか？

フード ドライブ



千葉ジェッツも取り組んでいます！ ✨ ✨

こんなメリットがあります！

- ・ 食品ロスを削減できる！
- ・ 必要としている人に食べ物を届けることができる！
- ・ 食品を廃棄するために発生する 二酸化炭素（温室効果ガス）の排出量を減らせる！



身近なところで
貢献できます！

フードドライブとは...

家庭で余っている食品を集めて、食品を必要としている地域のフードバンク等の生活困窮者支援団体、子ども食堂、福祉施設等に寄付する活動のことです。



・ ファミリーマート

全国47都道府県
3532店舗で実施

・ ダイエー

関東・近畿193店舗で実施

★ 手順は簡単！！

余ったり買いすぎた食品※を
専用の箱に入れるだけ！！

HPに実施店舗を
掲載中！



※寄付できる食品には
条件があります。
詳しくは各HPを
ご覧ください。

参考:環境省『ECOJIN』

『フードドライブ実施の手引き』



MAFF

Ministry of Agriculture,
Forestry and Fisheries

農林水産省