

2026年 3月 27日

三井不動産レジデンシャル株式会社
公益財団法人日本オリンピック委員会
味の素株式会社

東京湾岸エリアをスポーツの力を活用したまちづくりで活性化

『WANGAN ACTIONスポーツアカデミー 森重航選手「勝ち飯®」トークショー』開催

－森重選手と一緒にスポーツで勝つためのカラダづくりに大切な食事のポイントを学ばー

三井不動産レジデンシャル株式会社（本社：東京都中央区 代表取締役社長：嘉村 徹）は、三井不動産株式会社（本社：東京都中央区、代表取締役社長：植田 俊）がTEAM JAPANゴールド街づくりパートナーとして支援している公益財団法人日本オリンピック委員会（所在：東京都新宿区 会長：橋本 聖子、以下「JOC」）とTEAM JAPANのからだところのコンディショニングをサポートしている味の素株式会社（本社：東京都中央区、社長：中村 茂雄）との三者共催で2026年3月20日（金）に『森重航選手「勝ち飯®」トークショー』を三井ショッピングパーク ららテラスHARUMI FLAG内の「TEAM JAPAN 2020 VILLAGE」にて開催しました。

本イベントは三井不動産レジデンシャルが取り組むWANGAN ACTIONプロジェクトの一環として、東京湾岸エリア（勝どき・月島・豊海・晴海・豊洲等）の活性化を目的として実施しました。東京2020オリンピック競技大会選手村跡地にて三井不動産レジデンシャルとJOCが協力して開業した「TEAM JAPAN 2020 VILLAGE」を会場とすることで、オリンピックやスポーツの価値を伝えるイベントとして位置づけ、東京湾岸エリアでの「スポーツの力を活用した街づくり」の推進につなげました。



本イベントは、三者が2月28日(土)まで実施した「ミラノ・コルティナ2026 冬季オリンピック TEAM JAPAN 応援フェア」と連動した企画となり、「勝ち飯®」トークショーには、約30名の方にご参加いただきました。

イベント冒頭、スピードスケートの森重選手が登場し、ご挨拶とともに「オリンピックでは沢山のご声援をいただきありがとうございます。」とコメントしました。その後、森重選手を交えて味の素株式会社の「勝ち飯®」トークショーを実施。ミラノ・コルティナ2026冬季オリンピックの現地での食事や栄養サポートを振り返りながら、スポーツにおける食や栄養の大切さやアスリートが気を付けているポイントなどを学びました。参加者は、普段見ることができないアスリートの食事の様子や裏話に高い興味を示していました。

さらに、小中学生が普段の食事の中でどのようなことに気をつけたらよいか、どんな食事をとるのがよいかなど、ご家庭で「勝ち飯®」を手軽に実践するためのテクニックを保護者と一緒に学びました。

「勝ち飯®」トークショー後のゲストトークセッションの中では「幼少期のスピードスケートとの出会い」や「今回のオリンピックの感想や次回オリンピックへの意気込み」などを語っていただき、参加者は興味深く耳を傾けていました。質問タイムでは「試合前の過ごし方や他の選手とかかわりがありますか」といった質問が寄せられ、今回のオリンピック現地でのご自身の経験を踏まえながら「スケートチームとコミュニケーションを取りながら緊張をほぐしつつ、集中して競技に臨んだ」といった話をされる森重選手が印象的でした。その後は、サイングッズの抽選会や記念撮影を通して、参加者は森重選手との交流を楽しみました。

最後に、森重選手からは「本日のイベントを通じて、冬季スポーツに少しでも興味を持っていただけたら嬉しいです。引き続き、応援をお願いします。」とコメントをいただき、イベントを振り返りました。

<イベント当日の様子>



■ 代表質問

Q: 練習を追い込む時期の食事はどうしていますか？

A: 特に夏場など、練習の強度によっては食べることがきつい場面もあります。毎食必ず栄養を摂る意識ではなく、昼食で難しかったら夕食で補うなど、1日トータルで十分なカロリーと栄養素を摂るように意識しています。

Q: 試合前のルーティンがありますか？

A: いつも試合の1時間前からアップを開始します。それまでは、仲間と話すなど基本リラックスをして過ごします。アップでは好きな音楽をイヤホンで聞いており、つけた瞬間から試合へのスイッチが入ります。

Q: アスリートを支えるご家族、特にご両親は森重選手とどういった関わり方をされておりましたか？

A: 基本的には、放任主義で自主性を尊重してくれました。唯一「やると決めたらやり遂げるように」と言われましたが、その言葉があったからこそ今ここまでスピードスケート競技を続けることができています。

■ WANGAN ACTIONについて

<http://wangan-action.jp/>

「住んでからもお客様に幸せを届ける」をテーマに、マンションというハード面だけでなく、「豊かな時間」「豊かな心」というソフト面も同時に提供する事業を推進します。さらに、SDGs への貢献活動や新しい事業領域に挑戦し、エリア全体を面で捉え、湾岸エリアの地域活性化を図ってまいります。住民が一体となったコミュニティを形成し、住み続けたい街にするために、「食」「スポーツ」「アート」「教育」「音楽」「環境」などの幅広い分野において、住民が楽しみを体験・共有できる様々な活動を支援する三井不動産レジデンシャルの取り組みです。

■ 味の素株式会社「勝ち飯®」について

「何を食べるか」ではなく、「何のために食べるか」を考えながら、おいしく食べてカラダづくりを行う、味の素株式会社独自の栄養プログラムです。長年のトップアスリートの栄養サポートから生まれました。3度の食事＋補食で構成され、アスリートと同じように、目標に向かってがんばる人の健康なカラダづくりを応援しています。

<https://www.ajinomoto.co.jp/sports/kachimeshi/>

※「勝ち飯®」は味の素株式会社の登録商標です。

■ JOC G-Road Stationについて

「JOC G-Road Station」は、選手村での食事を補完するために、TEAM JAPANの体と心に必要な栄養素を摂ることができる栄養サポート拠点です。リオ2016大会から6大会連続で開設されており、味の素株式会社が全面協力しております。

選手村の食事を補完するために、近隣で通いやすい立地に拠点を作り、日頃食べなれた「和軽食」を提供し、現地での良好なコンディション維持と栄養面（エネルギー補給等）のサポートを行います。ミラノ・コルティナ2026冬季大会では3つの拠点を設置し、サポートを行いました。

■ TEAM JAPAN 2020 VILLAGEについて

TEAM JAPAN 2020 VILLAGEはJOCのオリンピック・ムーブメント推進拠点として、三井不動産レジデンシャル全面協力のもと2024年3月に東京都中央区晴海にオープンしました。東京2020大会選手村跡地という象徴的な場所で大会レガシーを継承していくために、展示エリア（日本オリンピックミュージアムのサテライト）と飲食エリアから構成されています。



TEAM JAPAN 2020 VILLAGE展示エリア

■ Cafe & Restaurant CENTRALE (カフェ アンド レストラン セントラーレ) について

「TEAM JAPAN 2020 VILLAGE」の飲食エリアである「Cafe & Restaurant CENTRALE (カフェ アンド レストラン セントラーレ)」では、東京2020大会の選手村で提供された「GAP認証食材(※)」と持続可能性に配慮した食材を使った本格的な料理を、アスリートと同様にお客様が美味しく楽しめる空間を提供いたします。

※GAP認証食材とは：食品安全、環境保全、労働安全、人権と福祉に配慮した農場管理を行う農場に与えられる認証制度です。



Cafe & Restaurant CENTRALE 内観