

医科学 見聞録

栄養士会の取り組み・医科学との関わり

山口県栄養士会 会長 中村 良子

2011年「おいでませ山口国体」に向けて、2004年9月本会事業部の中に「スポーツ栄養専門委員会」を設置し、やまぐちスポーツ医・科学サポートプログラムにおける競技者のための栄養サポートを推進するための体制づくりを行いました。それと同時に、スポーツ栄養研修会を開催したところ、会員150人の参加を得、多くの会員が新しい領域への活動に意欲を持たれたことに、大変力強く思ったものでした。

2005年度においては、競技団体からの栄養サポート要請に対応できるよう、スポーツ栄養士の養成研修の結果、52名登録希望あり、今後の活動への取り組み体制が出来上がりました。

また、体育協会のスポーツ医・科学サポート委員会と連携を取りながら、モデル的にサポートを開始し、管理栄養士の役割等を明確にしながら「スポーツ栄養専門委員会」が、研修会の実施、栄養サポート方針等の企画運営を国体終了まで実施しました。

国体が終わる「スポーツ栄養専門委員会」は、栄養サポートの重要性を再確認したうえで、あらためて今後の在り方を検討し、競技者のための栄養サポートを行うにあたっては「栄養ケア・ステーション」で実施することとし、再度、スポーツ栄養サポート業務への登録を実施しました。今後も、体育協会との連携を密にし、活動を行うとともに、対象者自らが食への行動変容ができる支援になるよう会員とともに、努力を重ねて参ります。

やまぐちスポーツ医・科学サポートセンターでは、栄養士会と連携して、選手や保護者・指導者を対象に栄養指導を行っています。

「成長期の食事」、「朝食の摂り方・タイミング」など、多様なテーマでお話ししていただいております。大変わかりやすいと、参加者から好評です！

スポーツ少年団や部活動などのスポーツ団体であれば、実施可能ですので、お気軽にお問い合わせください。 やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター(TEL:0833-74-1551)



スポーツ栄養研修会



選手への栄養サポート