



# 運動栄養学科通信 vol.27

高校生のみなさん、こんにちは！運動栄養学科通信をご覧いただきありがとうございます！  
 年が明けて早くも2ヶ月目に突入しました。新年に良いスタートを切ることができましたでしょうか？  
 感染症対策で我慢の日々は続きますが、みなさん素晴らしい1年をお過ごし下さい。

今回は、**vol.8** でご紹介したサポートグループの『**続報号**』となります！

**vol.8** を見る



## 《スポーツ栄養研究会 B.L.S部サポートグループの活動》

\*B.L.S (ボブスレー・リュージュ・スケルトン) とは…

氷が張られたコースを専用のソリで滑走し、タイムを競う競技。

「氷上のF1」とも呼ばれています。



### ●海外遠征に向けたレシピ動画配信『配信メニューの試作』

…B.L.S部の選手は、これまでに海外での遠征が多くあり、日本とは異なる生活環境でトレーニングを行っていました。B.L.S部サポートグループでは、選手からの聞き取りやアンケート調査から、**選手は「食」に関する悩みを持っている**ことを知ることができました。

そこで、選手の悩みを解決すべく、**遠征先でも手軽に見ることができるような料理動画**の作成と、配信に向けての準備を進めています。

自粛期間からの計画を経て、いよいよ昨年12月に配信メニューの試作を行いました！食材の分量や調理する順番、出来上がりの見た目の確認はもちろん、**動画の素材となる写真の撮り方も工夫**をしながら行いました。



初めての動画撮影に  
 悪戦苦闘です…



試作のあとには…

実際に撮影した素材を使って動画編集も行いました！

写真を繋げたり、文字や音楽を入れるなど、次の段階に向けての改良点が見つかりました○

👉 **学科概要**

👉 **バックナンバー**