



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！

今回は「[スポーツ栄養研究会サポート部門に所属している先輩の声](#)」をお届けします！サポート部門では、本学12の運動部に対し栄養サポート活動を行っています。各サポートグループでは、選手の競技力向上に繋がられるよう、日々学びながら活動に取り組んでいます。[大学HP](#)や[運動栄養学科通信のバックナンバー](#)では、より詳しい内容を紹介していますのでぜひご覧ください！ [>>下線の文字をクリックするとすぐにご覧いただけます。](#)

## ●サポート部門の先輩方からみなさんへ

現在サポート部門で活動に取り組んでいる先輩方にインタビューをしました！大学生活のイメージや参考になれば嬉しいです…！インタビューは学年ごとに色分けをしています。（赤-4年生 緑-3年生 オレンジ-2年生）

### 《Q1. どのようなサポート活動にやりがいを感じますか？》

A. セミナーの実施やリーフレットが選手の手に入った時。サポートメンバーで話し合い、1から作り上げる活動はとてもやりがいを感じます。また、活動が続けていることで選手も自分自身も栄養の知識が身についていると実感できています！

A. 全ての活動にやりがいを感じます！活動後に実施するアンケートで選手の役に立てていることや選手から好評であることを知った時は特に嬉しいです。やはり、選手と直接関われることにやりがいを感じます！

A. 夕食の献立作成の時にやりがいを感じます。「食材に含まれる栄養素が選手にどのような効果があるのか」など、栄養士のお仕事をより実践的に学んでいます。また、「美味しかったです」「楽しみにしています」など選手に言われた時はとても嬉しく、原動力となります！

☆学年が上がるにつれ、サポート活動に対する気持ちに変化があるようですね…！「選手のため」に活動ができることは、大変貴重な経験です。

### 《Q2. 日々の授業を受けながらサポート活動に取り組んでいると思いますが、大変ではないですか？》

A. 授業で出る課題とサポート活動に加え、私はアルバイトもしているので全てを両立させなければならぬのは大変です。しかし、そのおかげでとても充実した大学生活をおくることができています！

A. 活動を実施するために必要な書類や選手に渡す資料を作成することが大変です。パソコン作業に苦手意識がありましたが、サポート活動をしているうちに少しずつ慣れてきました。今では資料作成が好きになるくらい、自信にもつながっています！

A. 継続している活動の他にもやってみたい活動があり、同時進行で進めることが大変です。まだ1年間しかサポート活動に取り組めていないので力不足なこともあります。去年よりも選手と関わる時間を多くして取り組めるようになってきました！

☆先輩方は“忙しさ”を“充実”と捉え、大学生活を過ごしているようですね！また、授業での〈知識〉を〈実践〉として取り組むことができ、先輩方はよりスポーツ栄養の学びを深められています。

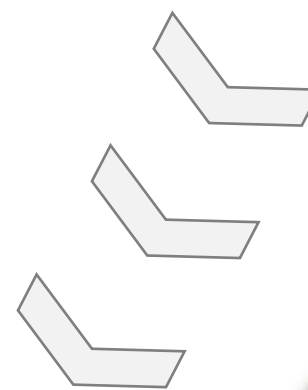
### 《Q3. 最後に、高校生へ運動栄養学科やサポート部門をアピールしてください！》

A. スポーツ栄養に興味のある方は、ぜひ仙台大学へ！現役の選手と関わりながら栄養指導ができる環境は他大学にはなかなか無いと思います。

A. 大学生は自分次第で何にでも挑戦することができる特権があります！大学生活を充実、そして何より楽しむためにも、挑戦する気持ちを大切にしてください！

A. 私はサポート部門に所属して人脈が広がりました！様々な人との関りが大学生活の刺激になり、また、誰かのために頑張れることが楽しく思っています！

## ＼みなさんも一緒にスポーツ栄養を学びませんか？／



[#運動栄養学科についてはコチラ](#)

[#運動栄養学科通信のバックナンバーを見る](#)