

アスリートを支える仕事 ～ 一緒に「スポーツ栄養士」を目指そう ～

スポーツ栄養学科通信 Vol.239
作成：助手 山田大進

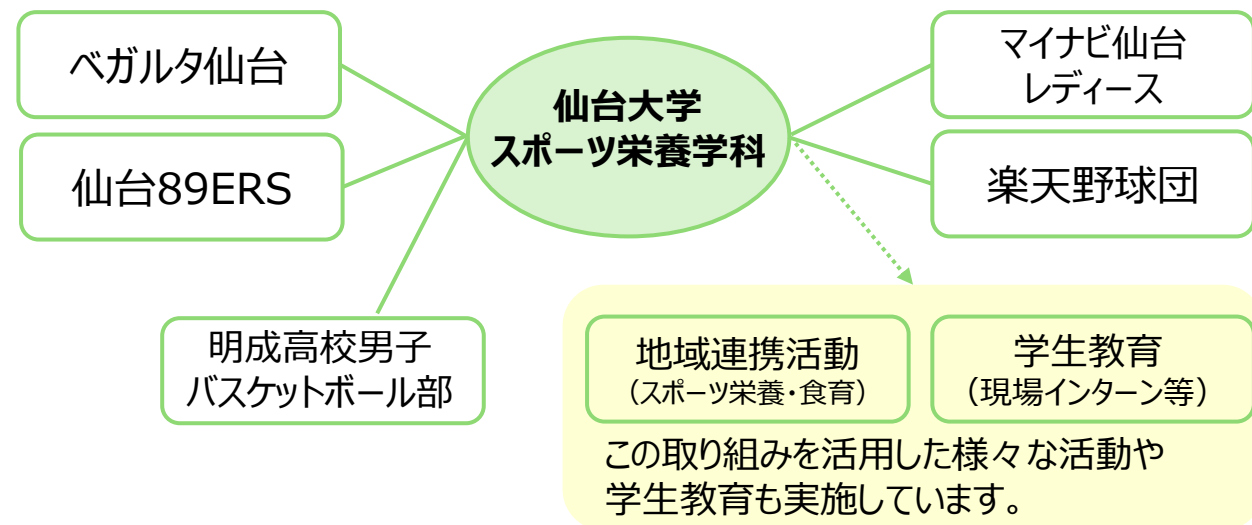
仙台大学スポーツ栄養学科では、**在仙のプロ球団と連携し、継続した栄養サポート**を行っています。私は現在、**ベガルタ仙台に公認スポーツ栄養士**として出向しており、チームに帯同しています。

＼ シーズンを通して現場でこのような業務を行っています ／

- ・ 食事メニューの調整(遠征時,キャンプ時等での内容調整)
- ・ 食事喫食状況の確認や選手とのコミュニケーション
- ・ 遠征帯同(現地における栄養サポート)
- ・ チーム内のサプリメント管理
- ・ 食事調査、フィードバック、課題に向けた個別栄養サポート
- ・ 尿比重(脱水状態)、ヘモグロビン濃度(貧血傾向)のチェック
- ・ 検査結果を基にした栄養面の分析～個別栄養指導
- ・ 栄養講習会(選手のご家族や保護者を対象とした場合もあり)
- ・ 体組成測定(選手の体重、体脂肪率、筋肉量などの管理)
- ・ トレーニング帯同/補助、脱水率確認、栄養面談
- ・ 選手寮の栄養管理(寮食メニューの管理、食環境整備)
- ・ 情報提供

… →

ベガルタ仙台の他、仙台89ERS・マイナビ仙台レディース・楽天野球団・明成高校男子バスケットボール部への栄養サポートを展開しています。
(今後の学科通信で、各球団出向者の活動が掲載されるので是非ご覧ください!)



今、私がスポーツの現場で仕事をするうえでの「基礎」は、スポーツ栄養学科に在籍していた4年間の学びによって作られていると強く実感しています。

学生のうちから専門知識に加えて現場での実践力を学べる環境で、様々な事にチャレンジし、一緒にスポーツ栄養士を目指しましょう！



[学科概要](#)



[バックナンバー](#)



[活動紹介コラム](#)

現場業務のコラム記事が
掲載されています！

