

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.245

作成：助手 菅原麻莉

こんにちは！今回担当するのは、仙台大学スポーツ栄養学科助手の菅原です。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おり、私は現在、**附属明成高校男子バスケットボール部**の食事管理を中心に、**楽天野球団**のアシスタント栄養士としても勤務しています。また、仙台市近郊の中学生向けのスポーツ栄養教室にて講師を担当しています。今回は、毎年、附属明成高等学校にて行われる、高校生男子バスケットボール夏季キャンプにて実施した「**仙台大学スポーツ栄養学科学生×附属明成高校食文化創志科生徒による、高校生アスリート応援食事提供**」についてご紹介します！



食事提供は3日間行いました。宮城の食文化や栄養情報について、テーブルメモを準備し、ミニ講座を実施しました。食べていただいた高校生アスリートや指導者の方々から「うまい！」との声をいただくことができ、本学の学生と明成高校の生徒にとって、とても貴重な経験となりました。

↑提供2日目の食事「テーマ：夏の暑さに負けない体づくり」



↑打ち合わせの様子

初回の打ち合わせでは、学生から、授業や運動部活動対象の栄養サポート活動で得た知識や経験についてお話ししてもらいました。

また、生徒からは、宮城県の特産や、大郷町地方創生推進連携協議会の構成団体である明成高校が、鎌田醤油株式会社様・一般社団法人めるくまー様と協力して取り組んだ「お豆の気持ち味噌（仙台味噌）」などについてお話ししてもらいました。



↑試作、試食会の様子

献立は、宮城県の特産（今回は、仙台味噌、白石温麺、笹かまぼこ、モロヘイヤ、長茄子など）を取り入れることを意識しながら、エネルギーを多く消費する高校生アスリートが、夏の暑さでも食べやすく、エネルギーがしっかりとれる献立を作成し、試作を重ねながら決定しました。



↑提供2日目の献立



↑提供の様子



↑ミニ講座の様子

本取り組みのように、授業などを通して学んだ知識を、実際にスポーツ現場で勤務する教員の下で実践することで、ブラッシュアップすることができます。ぜひ、一緒にスポーツ栄養士を目指しましょう！お待ちしております◎

 [学科概要](#)

 [バックナンバー](#)

 [コラム](#)

現場業務のコラム記事が掲載されています！