

スポーツ栄養研究会始動

中学生・高校生の栄養サポート

南九州大学

南九州大学（宮崎市）の学生サークル「スポーツ栄養研究会」に注目が集まっている。

同研究会は昨年、健康栄養学部管理栄養学科の学生により設



一人ひとりとコミュニケーションを取り栄養指導を行う

立された。設立初年度の昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、思うように活動することができなかったが、今年度は感染拡大防止に配慮しながら宮崎県内の中学校や高等学校の部活動、スポーツチームに対して栄養サポートを開始した。

現在は、200人の選手が在籍している同県の中学生バスケットボールクラブチーム「LIGARE」の栄養サポートを進めており、30人程度の学生が積極的に指導を行っている。学生はLIGAREの選手のもとに訪れ、体重組成計を用いて選手の状態を把握し、一人ひとりにしっかりとヒアリングを行った上で、成長期に身体をつくるために必要な栄養指導

などを行った。

栄養指導の場面では、選手に対して真摯に向き合う学生の姿が印象的だった。授業で修得した知識を実践的に活かすことで得る貢献感は、学生にとっても学習意欲が高まる動機づけになっていると言えるだろう。また、研究会は公認スポーツ栄養士を受講している同学科の卒業生のサポートを受けており、より一層専門性の高い助言をもらっていることから学びを深める機会にもつながっている。

同学科の卒業生の多くが宮崎県内の医療・福祉施設や学校で活躍している。段階的なカリキュラムを編成しており、1・2年次で管理栄養士についての理解を深め、基礎を固めたあと3年次に臨地実習を行い、管理栄養士としての理想像を追求して4年次には国家試験対策を行う。こうしたキメ細かな指導が、高い国家試験合格率につながっているのだろう。