

教育実践報告

地域プロスポーツチームと連携した アウトキャンパススタディの実践報告

長谷川 尋之

Partnering Campus-Based Student Programs with a Local Professional Sports Team:
A Case Study

HASEGAWA Hiroyuki

要 旨

本報告では、スポーツや健康増進現場の栄養士を目指す学生が地域プロスポーツチームというフィールドで「食」や「健康」という専門知識を活かした「選手やチーム(する人)」「観戦者(観る人)」「企業(支える人)」への介入を通じた地域貢献活動を実施した。選手やチームの栄養サポート、観戦者への食育活動、地域・企業と協力した弁当提供など、食を通じた介入でスポーツ現場や地域の活性化に繋げることができた。引き続き、地域連携活動を通じた学生の社会人基礎力の向上と地域健康課題の解決、地域活性化に貢献できるように努めたい。一方で、学生の学習プロセスや学習成果の評価の検討、新規参加学生への支援が今後の課題である。

キーワード

地域連携活動 プロスポーツチーム 大学生 アウトキャンパス 栄養サポート

目 次

- I. 緒言
- II. 方法
- III. 結果(成果)
- IV. 考察
- V. 結論

I. 緒言

ジャパン・プロバスケットボールリーグ(以下Bリーグ)は、単に選手を強化するだけでなく、観客の満足度の向上、スポーツを通じた人生の豊かさの向上を通じて、地域活性化を使命としている。信州ブレイブウォリアーズは長野県千曲市に拠点を置く、Bリーグ所属のプロスポーツチームであり、企業理念は、「バスケットボールを通じて信州をもっと元気にする事」であり、バスケットボールを通じた地域貢献や、まちづくりを目指している。そこで、同様に地域連携活動に力を入れ、「まちづくり」「健康づくり」「人づくり」を実践する本学と、2018年1月に連携協定を締結した。

スポーツは「する」「観る」「支える(育てる)」の3つの観点があり、様々な参加のあり方がある。多くの年代の人々に対し、楽しみとして、教育として、健康を維持増進するものとして、更には生きがいとして、親しまれており、幸福を追求し健康で文化的な生活を営む上で不可欠なものになっている。また、現代におけるスポーツは競技としての発展を遂げただけでなく、社会的影響力を持つようになり、政治的、経済的、文化的にも、人々の生き方、暮らし方にも大きな影響を与えている¹⁾。したがって、プロスポーツチームのもつ、主体的かつ健全な「スポーツの力」を活用することは、有効な地域貢献の手段になると考える。

一方で、スポーツ現場に関わる多くの栄養士は、スポーツ栄養マネジメント、すなわち競技力向上や健康の維持・増進を目的とする人に対して栄養管理をすることで、食事の管理、サプリメントの管理、水分補給の管理、試合期の栄養管理、栄養教育など、栄養・食に関するあらゆるマネジメントを行っている²⁾。公認スポーツ栄養士を対象としたアンケート(複数回答可)では、「資格を活かして行っている活動内容について」という質問に対し、147名中117名(79.6%)が「選手やチームなどへの講習会・セミナー」と回答している³⁾。しかし、

スポーツを「観る人」「支える人」へアプローチをした報告はみられない。すなわちスポーツ現場で働く栄養士は、選手やチームへの栄養サポートがほとんどで、地域社会への貢献が小さく、栄養士の仕事が限定的であることが推測される。このようなスポーツ現場で働く栄養士が「スポーツの力」を用いた活動を行うことは、選手やチームの強化・発展だけでなく、スポーツ観戦を通じた観客の健康づくりやまちづくりなど地域に貢献できる可能性があり、新たな栄養士活動の創出に繋がると考える。

そこで、スポーツや健康増進現場の栄養士を目指す学生が、地域プロスポーツチームというフィールドで「食」や「健康」という専門知識を活かした「選手やチーム(する人)」「観戦者(観る人)」「企業(支える人)」への地域活動を開始した。

II. 方法

1. 現場体験型活動

1) 選手(する人)への地域活動

(1) 選手への補食提供

2017-2018シーズンは、ホームゲームのうち松本市総合体育館で開催された4試合において、信州ブレイブウォリアーズに所属する選手14名(内3名は外国籍選手)及びスタッフ6名を対象として、試合前、試合後それぞれに補食提供を行った。補食提供は、消費したエネルギーを補給するために糖質を多く含む料理とし、さらに、試合後の補食は翌日の試合やトレーニングに備えるために糖質に加え、たんぱく質を多く含む料理とした。これらの補食は、試合当日に本学調理室で衛生面に配慮して、公認スポーツ栄養士の資格をもつ教員が提供内容を検討し、3年、4年生の6名の学生とともに準備した。

2018-2019シーズンは、全ホームゲームのうち5試合で、信州ブレイブウォリアーズに所属する

選手13名(内3名は外国籍選手)及びスタッフ3名を対象として、補食提供を行った。補食提供は、前年度の実施内容に加えて、選手の特長(体格、食習慣、アレルギー等)を考慮して内容の検討、準備をして3年、4年生の6名の学生が提供した。

(2) 選手の競技活動を知る

2018年7月5日に千曲市で行われているトレーニング及び2018年8月23日、24日に菅平合宿の見学を希望する1~4年生の4名の学生を対象として、選手の活動拠点に赴き、選手の競技活動に関する学びの場とした。

(3) 栄養士の教育活動を知る

2017-2018シーズンが終了した2018年5月より、栄養教育を希望した選手3名及びトレーナーから栄養教育を指示された選手2名の個別指導を本学の公認スポーツ栄養士が実施した。また、2018年7月には、その時点での所属選手7名を、11月には、所属選手11名を対象に集団指導を実施した。集団指導は、トレーナーからの依頼で「疲労回復」をテーマとしてセミナー形式で実施して2名の学生が聴講し、学びの場とした。

2. 課題解決・事業企画型活動

1) 選手(する人)への地域活動

(1) 2017-2018シーズンの活動評価のまとめ

2017-2018シーズン閉幕後に日本人選手11名及びスタッフ5名を対象とし、アンケート調査、及びインタビュー調査を実施した。アンケート内容は、試合時の栄養(補食提供)サポート評価(5段階の得点評価)、シーズン全体の栄養サポート評価(体調の評価、栄養サポートの感想・要望)の自由記述とした。得られた結果から、3年生、4年生の2名の学生が中心となり、次年度に向けた課題抽出、次年度の活動内容の検討を行った。

2) 観戦者(観る人)への地域活動

(1) 2017-2018シーズン選手栄養サポート体験と紹介の企画

2018年10月7日のことぶきアリーナ千曲で開催された開幕節の試合の観戦者を対象とした。この企画は、観戦者に選手に対する栄養サポート体験を通じて、「食」への興味や関心を持ってもらうことを目的とした。2017-2018シーズンに行った選手への補食提供の様子を写真展示し、選手に提供した「もち麦ミルク味噌汁」の試食会を行った。さらに20~40歳代が中心の若年観戦者が多いバスケットボールの試合のため⁷⁾、近年の健康問題である「若年の朝食欠食を減らすこと」を目的とした食育活動として、学生が作成した「朝食」をテーマにしたリーフレット配布を行った。また、展示や試食、食育資料を配布した者100名(回収81名)にアンケート調査を実施した。アンケートの質問内容は、被験者情報(年齢区分、在住地域)、朝食について(朝食の摂取率、朝食の準備者)、イベントの評価(展示の評価、試食の評価、イベントの総合評価)、意見・感想(自由記述)として、現在の観戦者の健康課題の抽出や観戦者が求めるイベントについての調査を行った。

(2) 観戦者の健康チェックの企画

2018年3月2日、3日の松本総合体育館、4月22日のことぶきアリーナ千曲で開催された試合の観戦者を対象とした。この企画は、観戦者の健康チェックを通じて自身の身体の状態を見直すことを目的とした。また、一部の測定項目は選手にも実施してもらい、競技者の身体能力の高さを体験しても



写真1 観戦者を対象とした出店の様子

らうとともに、応援する選手と身近に接してもらい、アリーナに来る満足度の向上を図った。

3) 企業・地域(支える人)への地域活動

(1) 飲食店と協力したリカバリー弁当の提供

信州ブレイブウォリアーズに所属する選手13名(内3名は外国籍選手)及びスタッフ3名を対象として、試合後のリカバリー弁当を提供した。調理は長野県松本市新村にある本学に近い飲食店(飲み処ZERO)に協力してもらった。地元の食材や料理で試合後の疲労回復、翌日の試合や翌週のトレーニングに備えるために、たんぱく質、脂質、炭水化物が多く含まれる料理をコンセプトとして、スポーツ栄養学を学ぶゼミの学生が中心となりメニュー提案を行った。提供した弁当の内容、及び選手の体格から算出したエネルギー・栄養素目標量は表1の通りとした。弁当容器ののし紙にメニュー内容、栄養価、開発・調理者等からのメッセージを添付し、日本語版、英語版の2種類を用意した(図1)。これらの弁当は、試合当日に飲食店で



写真2 観戦者を対象とした健康チェックの様子

調理し、ごはんのみ試合会場で学生が炊飯し試合後に提供した。また、毎試合チーム広報と連携し、弁当の内容等をソーシャルメディア(以下、SNS)で発信し、地元の食材を普及するための取り組みにも繋げた。

(2) 地域の生産者と協力した弁当の提供と地域食材の発信

前述の飲食店と協力したリカバリー弁当のうち、12月15日・16日の松本総合体育館で開催された試合では、松本市農政課の協力を得て、地域の生産者から食材提供を受け、選手へのリカバリー弁当の提供を行った。また、地域の伝統的な料理を選択することで、選手が地元の食材や料理を知る機会と位置付け、選手の地域への愛着を根付かせる取り組みとした。さらに生産者のメッセージが選手に直接届くようなのし紙の作成を行った。

試合会場では、観戦者に対して地域食材の紹介を目的としたリーフレットの配布やこの時期の松本の地域食材である「一本ねぎ」「長芋」を使ったおにぎりの試食会を行い、地域食材の発信を行った。また、リカバリー弁当を中心にチーム広報と連携したSNSの発信を行い、観戦者だけでなくSNS閲覧者への地域食材や料理の発信をした。

(3) 地域の企業と協力した補食の提供と発信

チームスタッフから、2018-2019シーズンのチームのオフィシャルスポンサー企業から提供された食品や食材を用いた補食内容の提案の依頼があった。シーズンを通じて、インスタント味噌汁、そうめん、りんごジュース、りんごコンポート、バナナ、牛乳などの提供があった。これらの食材について、選手やチームがどのように利用するか

表1 エネルギー・栄養素目標量及び弁当内容・栄養価

エネルギー・栄養素目標量

| | | | | | | | | |
|--------------------|--------------------|--------|--------|------|---------|---------|---------|---------|
| エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 炭水化物 | 食物繊維 | カルシウム | 鉄 | ビタミンA | ビタミンE |
| 1200~1300kcal | 50g以上 | 35g前後 | 180g以上 | 6g以上 | 300mg以上 | 3.5mg以上 | 350µg以上 | 3.9mg以上 |
| ビタミンB ₁ | ビタミンB ₂ | ビタミンC | 食塩相当量 | | | | | |
| 0.9mg以上 | 1.0mg以上 | 60mg以上 | 3g前後 | | | | | |

ついて本学の公認スポーツ栄養士が中心となり、学生とともに利用方法の検討を行った。また、チーム広報が中心となり、スポンサー企業の食品の利用方法や提供の様子をSNSで発信した。

Ⅲ. 結果(成果)

1. 現場体験型活動の成果

2017-2018シーズン終了後、信州ブレイブウォリアーズに所属した日本人選手11名からアンケート、チームスタッフからインタビューで得た回答



図1. 弁当容器の表示



写真3 選手への補食提供の様子

結果を以下に示す。「シーズン中の体調について例年との違いは感じたか(自由記述)」については、「疲労感なく過ごすことができた」「体重を維持できた」という評価が多かった。図2は、栄養サポートについての評価を示した。Aは「補食提供が当日のコンディション調整に役立ったか」について示し、全員が「非常に役立った」「役立った」と回答した。Bには「補食提供が翌日の疲労回復に役立ったか」について示し、全員が「非常に役立った」「役立った」と回答した。補食や栄養サポートに対する感想・要望(自由記述)については、「美味しかった」「今後も栄養サポートを継続してほしい」という感想・要望があがった。また、スタッフからも選手と同様、継続してほしいという要望があり、地域活動に対する一定の理解が得られた。現場体験型の地域活動により、参加する学生の「主体性」を高め、チームの目的に対して確実に成果を挙げ「実行力」、社会に出ることで求められる「規律性」について培う活動ができた⁴⁾。

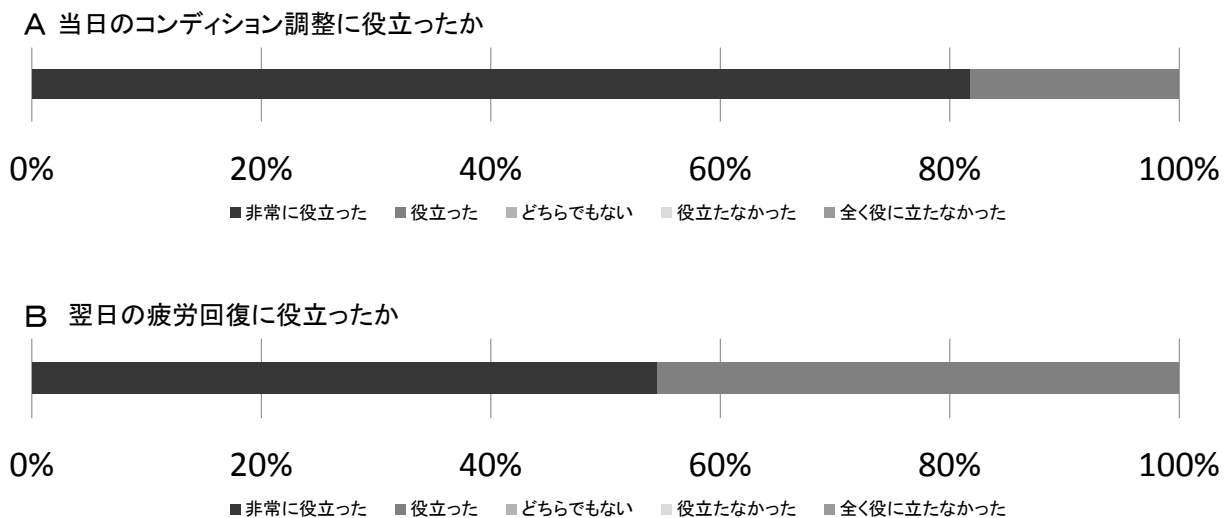
2. 課題解決・事業企画型活動の成果

選手(する人)への地域活動は、2018-2019シーズン終了後に、信州ブレイブウォリアーズに所属

した選手及びスタッフを対象とした調査票を用いた調査をすすめている。実施当日の選手やスタッフへのインタビュー調査では、リカバリー弁当の提供について、選手から「美味しい」「土曜日は試合終了時間が遅いため助かる」「のし紙のコメント・栄養の情報を楽しみにしている」などの評価が得られた。

観戦者(観る人)への補食体験やリーフレット配布を通じた食育活動では、観戦者の特性や食に対する基礎資料を得ることができた。シーズン開幕戦で行った調査では、観戦者の在住地域は北信地域6割を含む県内の観戦者が9割以上を占めており、アウェー観戦者を含む県外在住者はほとんどいなかった。また、若年世代の健康課題の一つである「朝食欠食」についての調査では、朝食を「毎日食べる」が約8割、「毎日食べていない」が約2割という結果であった。また、年代別の朝食欠食率では、統計的な差は無いが、30歳代は欠食率が高い傾向、50歳代で欠食率が低い傾向が見られた。朝食の準備では「自分」または「家族」が作るがともに約4割となった。

3月の健康チェックでは、ロコモティブシンドロームの簡易テストである「ロコモ度テスト」を実施した。出店スペースの広さや時間に限りがあ



(n=11)

図2. 補食提供の評価

るため、多人数を同時に測定することに課題はみられたが、2日間で約70名の健康チェックを実施した。健康チェックでは、40・50・60歳代の男性の参加が多く、筋力に関連した測定に興味をもつ観戦者が多かった。また、「定期的に測定をしたい」という意見が聞かれたため、チームと日程調整、出店スペースの確保を行い、4月22日の試合会場でも筋力測定など簡易な体力測定を実施した。このような出店・展示においては、「選手への補食提供の様子を知れて良かった」という感想が多く、選手と観戦者の距離を縮めて観戦満足度の向上の一助となっていた。また、学生の参加については「対応が良かった」「栄養の情報をもっと教えてもらいたい」という意見があった。

企業・地域(支える人)への地域活動として、2018-2019シーズンを通じて、16試合のホームゲーム及び2試合のアウェーゲームで企業・地域と連携したりカバリー弁当及び補食を提供した。これらの様子についてチーム広報と連携し、選手の摂取の様子を中心としたSNSを通じた発信を行った。チームの公式アカウントからの発信は、とくに特定の顧客(ファン)からの注目度が高く、地域食材の発信や栄養サポートの活動の発信に大きく貢献していた。また、対戦相手からも取り組みの方法を聞かれるなど、他方面でも関心の高さが感じられた。一方で、試合運営を行うチームの公式発信は即時性に課題が見られたため、2019年1月から大学のスポーツ栄養活動チームとして公式Twitterを開設し、即時性を求めた発信方法の運用、検討を始めた。

2018-2019シーズンは、前年度の現場体験型の地域活動に参加した4年生1名が中心となり、現場体験型の地域活動から主に課題解決型、事業企画型の地域活動に転換を図れた。特に現状分析、課題を把握する「課題発見力」、自分の意見を伝える「発信力」について重点的に培う活動ができた⁴⁾。

IV. 考察

2018-2019シーズンの信州ブレイブウォリアーズ試合結果は48勝12敗で地区優勝し、ホーム入場者総数は48,774人(平均1,626人/日)であった。また、プレイオフでもB2優勝を飾り、チームとして創設以来の最高の結果となった。栄養士や学生が専門知識を活かし、選手の試合の食環境を整えること、事前に知識・意識の向上を図ることは、シーズンを通じて良い影響があったと考える。選手、チームスタッフ共に現状の活動に好意的な意見が多く聞かれることから学生の地域活動に対して評価されていることがわかる。一方で2018-2019シーズンはチームとして成績が非常に良いことから好意的な評価を得ることができている可能性も高く、シーズン後の調査結果についても詳細に分析して今後の評価としたい。また2018-2019シーズンは、前年度から約半数の選手とコーチスタッフが入れ替わり、新規選手の入団時期も試合期の1カ月前の8月だったことから、栄養サポートの開始時期が遅れた。2019-2020シーズン以降も引き続き、地域活動の一貫性や継続性をもたせるためにも、チームに新しく入団する選手やスタッフ、チームとの情報共有の在り方は検討が必要である。

信州ブレイブウォリアーズの2016-2017シーズンの観戦者の年齢分布は、未成年20%、20・30歳代40.3%、40・50歳代28.4%であり、2018-2019の本調査で実施したアンケート回答者は10歳代5%、20・30歳代32%、40・50歳代52%、60歳代以上11%と、40・50歳代が半数以上を占めており、観戦者の年齢層が高い傾向がみられた。健康チェックにおいては、過半数を占める40~60歳代の参加が多くみられ、本学調査における観戦者の特性に見合った出店企画ができたと考える。一方で、10・20歳代の若年層の観戦者は、バスケットボールや試合の競技には関心はあるが⁵⁾、食や健康に対する関心はなく食育企画への興味が低い可

能性が考えられた。長野県の「県民健康・栄養調査」でも、食育に関心がある人の割合は、10歳代の男性・女性が低く⁶⁾、今回の観戦者の動向とも一致している。学生と同年代であることを踏まえて、今後、若年層に対して食や健康に興味を持ってもらえるような学生らしい知見が多く提案されることが期待される。スポーツ現場において栄養士が観戦者に対し食育活動を行うことは、観戦者の食に対する関心を高めて健康課題の解決へと繋がる可能性があるため、今後も様々なテーマで食育活動を実施していくことが望まれる。また、先行研究では、ファンの主な観戦動機は、競技パフォーマンスや試合内容に関わることで、ゲームそのものの質が問われていることも明らかとなっている⁵⁾。観戦者の観戦動機を刺激して、観客動員数の増加に繋がるような学生の企画提案を期待したい。

2018-2019シーズンに連携協力した飲食店は日頃から一部の選手が利用している。そのため栄養士、学生と調理師が情報共有しながら、実際に提供しているメニューを含む、選手の好きな料理をリカバリー弁当に組み込むことができた。試合後に必要な栄養素を補いながらも、選手が美味しく弁当を食べられるように、栄養学を専門とする栄養士と美味しさを追求する調理師が協力することで良い相乗効果が生まれた。また、弁当の容器に、メニュー内容、栄養価、開発者・調理者・材料提供者のメッセージを添付して、試合後の栄養補給、栄養教育だけでなく、選手自身が地域との繋がりを感じる機会を設けることができた。観戦者のチームに対する愛着と地域に対する愛着は関連があることから⁵⁾、選手が食をきっかけに在籍チームの地域特性を知ることは、チームへの愛着を持つことに繋がる可能性がある。また、先行研究では、ファンのバスケットボール関係の情報入手経路はインターネットを使うことが主流となっている⁵⁾。チームの広報と連携して、選手を交えた取り組みをSNSで発信をすることは、地元食材や食育の情報、出店団体やスポンサーの食に関

する情報などを広める有効な手段となり、地域貢献やファンサービスに繋がると推察された。今後、スポーツ現場と地域との繋がりを作り、地域住民の食に対する興味を引くためにも、弁当開発・提供を協力して行っていく飲食店を増加させていくことやチーム広報と連携しさらなる情報の発信力を向上させること、SNS発信に対する反応の分析を勧めることが課題である。また、観戦者から選手が食べているリカバリー弁当を販売してもらいたいという意見がSNSを通じて寄せられており、販売企画など新たな地域活動が地域から期待されている。

以上のような専門職領域を目指す学生の地域連携活動を中心とした実践型授業は、全国的に広がりを見せている⁷⁾。地域を題材にした実践型授業においては、学生の3つの社会人基礎力(前に踏み出す力、考え抜く力、チームで働く力)と地域理解や地域への関与を通じたコミュニケーション能力の向上が期待される⁴⁾。一方で、課題解決型の学修プロセスや学習成果の評価プロセスについては検討段階にあり⁸⁾、本研究においても学生の評価手法の検討を行い、学生のための地域連携活動の質の向上を図りたい。また、2019-2020シーズン以降も引き続き、地域活動の一貫性や継続性をもたせるためにも、これまでの活動情報の共有や新規参加学生への支援について検討していきたい。

V. 結論

選手やチーム(する人)の栄養サポート、観戦者(観る人)への食育活動、地域・企業(支える人)と連携した弁当提供など、栄養士や栄養士を目指す学生が食を通じた実践活動と発信を繰り返すことで、スポーツ現場の活性化に繋がることが示唆された。今後も地域連携活動を通じた学生の社会人基礎力の向上と地域健康課題の解決、地域活性化に貢献できるように努めたい。

謝辞

本研究を実施するにあたり、多大なるご協力をいただきました株式会社信州スポーツスピリット並びに信州プレイブウォリアーズの選手の皆様、呑み処ZERO代表の宮島様に心より感謝申し上げます。本研究は、平成30年度松本大学研究助成を受けた。

利益相反

本報告において、利益相反は存在しない。

参考文献

- 1) 公益財団法人日本オリンピック委員会, スポーツ宣言日本～二十一世紀におけるスポーツの使命～, <https://www.joc.or.jp/about/sengen/>(閲覧日2018.11.10).
- 2) 公益社団法人日本栄養士会, スポーツ栄養学の第一人者が語る“プロ”にしかできない仕事とは, <https://www.dietitian.or.jp/features/success/20160329-2.html>(閲覧日2018.11.10).
- 3) 特定非営利法人日本スポーツ栄養学会, 公認スポーツ栄養士とは, <http://www.jsna.org/about/>(閲覧日2018.11.10).
- 4) 田中智麻, 「地域を題材とした実践型授業の評価手法に関する考察」『名古屋学院大学論集社会科学篇』, 55-4, pp.51-67(2019)
- 5) 二宮浩彰, 「プロスポーツ観戦者行動におけるチームに対する愛着とホームタウンへの愛着」, “Doshisha Journal of Health & Sports Science”, 3, pp.14-21(2011)
- 6) 長野県, 「信州の食でつながる、人づくり・地域づくり—長野県食育推進計画(第3次)概要版—」, https://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/kenko/kenko/kenko/shokuji/documents/gaiyo_a3.pdf(閲覧日2018.11.10).
- 7) 浅沼太郎, 宮本佳子, 「社会福祉専門職を目指す大学生による地域連携活動事例—地域に根ざした教育実践の意義と課題の検討—」『帝京科学大学紀要』, 15, pp.191-196(2019).
- 8) 飯塚重善, 「大学教育における地域連携活動のあり方に関する一考察」『国際経営論集』, 55, pp.97-111(2018).