

Ⅲ. 高大連携事業

1. 高校野球部への年間を通じた栄養サポート活動

～食の専門家とそれを目指す学生の取り組み～

人間健康学部健康栄養学科 石澤 美代子

(1)実施内容

成長期であり体格増長が望まれる高校野球部への年間を通じた栄養サポート活動を、管理栄養士の資格取得をめざす健康栄養学科の学生有志を同行し、長野県内の2校(木曽青峰高校、田川高校)にて実施した。

(2021年度活動内容)

1)木曽青峰高校

- ①5月9日(日)集団栄養講座(対象者20名)
- ②7月16日(金)新チーム集団栄養講座・身体計測(対象者15名)
- ③7月19日(月)3年生引退講座(対象者6名)
- ④12月11日(土)補食提案講座(対象者15名・同行学生4名)
- ⑤3月上旬 報告体重による体重増加量確認

2)田川高校

- ①12月19日(日)体重計測・集団栄養講座・補食提案講座(対象者11名・同行学生7名)

3)ホームページ寄稿

2022年1月4日 本学公式ホームページ

4)映像制作「からだガッチリ!応援メニュー」

エネルギーが高く簡単に作れるメニューを動画にて紹介するものとして、学生有志4名が自宅で調理工程を撮影し、業者「アズミックトラックス」へ依頼し編集を行った。本映像は2022年度に栄養講座等で活用する。

加量8.0kg、最大増加量11.8kg)。監督からは、体重増加により部員たちに自信が芽生え、投打においてパフォーマンスが向上したとの報告があった。

一方、田川高校においては、訪問のタイミングが合わず予定した講座のキャンセルが3回あったなど日程調整が難航し年1回の訪問のみであったが、実施した栄養講座で体重増加の意義等を伝達できた。

同行した健康栄養学科学生からは、大学での学びにより一層興味が湧いた、管理栄養士という職業についての理解が向上したとの感想や意欲が得られた。

また、対面で指導できない時期の指導を補完するため、エネルギーがしっかりと摂取できる料理の紹介映像を制作し、学生がメニュー考案、撮影を行った。成果物として映像「からだガッチリ!応援メニュー」を作成した。



(2)活動の成果

COVID-19(新型コロナウイルス感染症)の感染状況により、本学の活動制限指針や対象校の行動制限等に則り、感染状況が好転したタイミングでのみ対象校を訪問し、実施した。

木曽青峰高校においては複数回の訪問ができ、高校野球部の部員・マネージャー等とコミュニケーションが取れ円滑にサポート活動を行うことができた。その結果、部員全員が3月には目標体重を達成することができた(平均目標達成度101.8%、平均体重増

(3)成果の公表

本学公式ホームページにて2022年1月4日公表した。