

II. 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

高校生という成長期であり体格増長が望まれる野球部の部員と保護者に対し、年間を通じた栄養サポート活動を食の専門家として行った。加えて、職業観の醸成に資するよう、管理栄養士の資格取得を目指す健康栄養学科の学生有志を帯同し、長野県内の2校(木曾青峰高校、田川高校)にて実施した。

(2022年度活動内容)

1)木曾青峰高校

- ①4月24日(日) 身体計測・集団講座(水分摂取)(対象者15名・同行学生4名)
- ②5月8日(日) 集団栄養講座(対象者25名)
- ③8月1日(月) 3年生引退講座(対象者6名)
- ④12月18日(日) 新チーム集団栄養講座・補食提案・身体計測(対象者10名・同行学生2名)
- ⑤3月13日(月) 補食提案・身体計測(対象者10名・同行学生2名)

2)田川高校

- ①6月4日(土) 体重計測・集団栄養講座・食事体験講座(対象者23名・同行学生2名)
- ②3月23日(木) 補食提案講座(対象者9名・同行学生3名)

3)ホームページ寄稿

2023年3月31日 本学公式ホームページ「高校野球部へ補食の提案を行いました！」

