

## 年間活動計画報告会の開催について



学科通信をご覧いただきありがとうございます。

スポーツ栄養研究会サポート部門では、毎年2月頃に年間活動計画報告会を開催しています。報告会では12競技の栄養サポートグループ（SG）が参加し、来年度の活動について話し合いを行いました！

各SGが①今年度の年間目標に対する評価、②対象競技のアセスメント（選手の食生活や問題点等の分析）、③来年度の年間目標及び年間計画の発表を行いました！発表後は全員で意見交換を行っています！

### ●以下、各SGの年間活動を一部紹介します！

#### ●ラグビー部SG

来年度の年間目標を「体組成測定や栄養学的アプローチを行い、選手1人1人の理想の体格に近づける人の割合を増やす」と目標設定しました！

そのためのサポート活動として、選手と面談を行い、各選手の体組成の目標を設定します。

そして3か月に1回食事調査や体組成測定をし評価する予定です！

また今年の5月には選手と交流を深めるためにレクリエーションを含めた栄養セミナーを開催予定です！

ディスカッションの様子！



サポート部門は他のSGや他学年との交流もあり、人脈を広げられるのも魅力です！

#### ●体操競技部SG

体操競技部SGは選手のコンディション管理のため、以下のように年間計画を設定しました！

##### ●夏場の熱中症対策

練習中に水分補給が十分にできているか確認するため、練習前後の体重測定を行い、評価します。

##### ●食事調査（アセスメント）

選手の食事状況の把握のため、3か月に1回食事調査アンケートを行います！

##### ●食事管理

食事調査の結果をもとに、年間を通して、男子選手に週1回の食事提供や発注書作成などの食事管理を行います！



#### 発表の様子

