

健康×栄養×スポーツ講演会 「パリ大会を終えて振り返るアスリート支援 『ビクトリープロジェクト®』の取り組み」について

丹野久美子*
Kumiko TANNO

2024年11月18日（月）5校時、味の素(株)グローバルコミュニケーション部 スポーツ栄養推進グループ長 篠田幸彦氏、ビクトリープロジェクト®管理栄養士 寺田智子氏をお迎えし、健康×栄養×スポーツ講演会「パリ大会を終えて振り返るアスリート支援『ビクトリープロジェクト®』の取り組み」を開催した。

当日は、本学 食品栄養学科の学生を中心に、管理栄養士を目指す他大学の学生や、スポーツ指導に携わる方など、70名を超える方々にご参加いただき、満席の会場は講演前から熱気に包まれた。

まず、篠田氏より「アスリートの自己実現を生活者のWell-beingへ」と題して、企業のこれまでの歩みや、全ての生き物の基本物質であるアミノ酸の研究により生み出された「アミノサイエンス®」の視点などご説明いただいた。



写真-1 篠田氏



写真-2 寺田氏

次に、「トップアスリートを対象とした栄養サポートの事例」として、寺田氏が経験されたパリ大会の栄養サポートの実例を用いながら、トップアスリートを支援する管理栄養士の役割について詳しくお話いただいた。講演の途中、「何のために食べるか?」「なぜこれを食べるのか?」など、寺田氏から参加者に対する問いかけがあり、会場内では隣の人と話し合うなど、参加者自身が選手の立場になって考えながら、栄養サポートの難しさや素晴らしさを学ぶことができた。

また、パリ大会で設置した和風カフェ「Café du Dashi (カフェドゥダシ)」や、自炊推奨のためのマグカップ鍋の提案、冷凍餃子の活用方法などは、我々の生活においても即実践できる内容であり、参加者はメモを取りながら、栄養改善のヒントをたくさん教えていただいた様子であった。

講演会終盤に設定した質疑応答タイムでは、「若い女性のやせを改善するにはどうしたらよいか」「選手とコミュニケーションをとるコツは何か」「体重を増量させると体脂肪も増えてしまうがどのように指導したらよいか」「人前で話をするのがとても苦手なので、寺田氏のように上手にプレゼンをする方法を教えて欲しい」など、会場から次々に質問が飛び交い、終了時間を迎えてもなお、篠田氏、寺田氏の前には長蛇の列ができるほどで

*宮城学院女子大学生活科学部食品栄養学科



写真-3 講演会の様子

あった。講演会の内容が参加者の皆さんにとって興味深く、大変参考になった様子がうかがい知れたとともに、

篠田氏と寺田氏がそれぞれの質問に対して丁寧かつ真摯に回答して下さい、両氏の仕事に対する熱意だけではなく寛容なお人柄も伝わってきた。

講演会後の参加者に対するアンケートによれば、「選手と管理栄養士がどのようなコミュニケーションを取り、目標達成に向けてどのような取り組みをしているのか学ぶことができた」「最後はいかに相手の事を理解し懐に入れるか!? コミュニケーションが大切で信頼できるかだと思った」「進路に迷っていて、どう進めばいいのかわからなかったが、様々な道を自分から切り開いていくことが大切だと改めて実感した」「最後のチャンスを逃さない、という言葉聞き、何事も逃げずに挑戦してみようかなと思った」など、前向きな感想が多数寄せられた。

以上のように、今年度の健康×栄養×スポーツ講演会が大変盛況で好評であったことから、来年度も第2弾として開催する予定である。