



認定スポーツ栄養士スキルアップ講習会開催(7/5)

令和8年度福島県スポーツ協会認定スポーツ栄養士スキルアップ講習会を、福島県自治会館にて開催しました。県内各地から20名のスポーツ栄養士の方々が参加し、講義やワークショップを通して研修を行いました。

開講式：あいさつ



【中村 啓子 スポーツ栄養士部会長】

本講習会の目的は、スポーツ活動において、専門的なサポートを担当するスポーツ栄養士としてのスキル向上です。今後それぞれの立場で、本県のスポーツの振興に更なる御活躍をいただきたいと思います。

【酒井 有理子 スポーツ栄養士副部会長】

この講習会が、認定スポーツ栄養士のスキル向上に加え、「仲間づくり」の場となり、我々のチーム力向上にもつながることを期待しています。



講座内容（集合講座）



【① スポーツ選手と歯の関係について】

岩淵 良幸氏(いわぶち歯科医院 院長)】

スポーツ選手のデンタルヘルスの重要性について、具体的な事例を含めた専門的なお話をいただきました。日頃どのようなケアをすべきか具体的な方法もご教示いただきました。



【② スポーツ現場におけるハラスメントについて】

小野 寛久氏(東日本国際大学経済経営学部准教授)】

現代の子どもたちの問題点を踏まえ、それを理解した上での有効な指導法についてお話しいただきました。時代の変化とともに気を付けるべき言動について分かりやすく教えていただきました。



【③ スポーツの現場から(陸上競技)】

矢吹 亜矢子(県スポーツ協会生涯スポーツ係)】

陸上競技において特に棒高跳びの特性を理解した上で、競技中の栄養補給の仕方に関する提案をワークショップ形式で話し合い、考えを深めました。



【④ 補食について 佐久間 茜氏(公認スポーツ栄養士)】

4つの事例について、グループごとに補食の内容を考案し、全体で共有しました。各グループから様々なアイデアが出され、有意義な話し合いとなりました。



【参加者の声】

- ・むし歯だけでなく、咬み合わせも重要ということがよく分かった。
- ・指導現場のハラスメントについて知り、気を付けるポイントを学ぶことができた。
- ・グループワークでの話し合いは気づきがあり、大変勉強になった。
- ・お互いの意見をディスカッションすることで、多くの情報を得られた。
- ・最近話題となっている補食について具体的に検討することができ、とても参考になった。