

4 研修会

この3年間は各研修会を開催してきましたが、特にスポーツ栄養、スポーツメンタルトレーニングの研修会を中心に実施してきました。文部科学省も「食育」ということで食事の大切さを重要視しています。また、選手のコンディショニングや体づくりを考えると、ますます食事が大切になってきます。県内では、まだまだ各チームをサポートできるだけの栄養士の方たちが不足していることが現状であることから、平成14年度からスポーツ栄養の研修会は富山県栄養士会と協力し、初めて栄養士の研修会を開催しました。日本トップクラスの栄養指導者、競技現場でトップクラスの選手をサポートしている栄養士の方々を迎え、理論と現場からの声の両面からの研修会を行いました。これからも食事の大切さを啓蒙する上でも、スポーツ栄養をサポートしていただける人材を増やすためにもスポーツ栄養の研修に努めていかなければならないと感じています。

スポーツメンタルトレーニングは、4回シリーズで指導ができるようにと開催しました。講師はとやま国体以前からこの事業にご協力いただいている、奈良教育大学の岡澤 祥訓教授にお願いしました。少しずつでも県内に指導できる方が増えるように今後も開催していきたいと思います。以下はスポーツ栄養研修会とスポーツメンタルトレーニング研修会の詳細です。

スポーツ栄養研修会

＜目 的＞ 県内の栄養士、家庭科教員、養護教諭がスポーツ栄養のサポートを現場で実践できるようにレベルアップを図る。

＜期日及び対象＞

第1回

平成15年11月8日（土）・9日（日）

【8日（土）】（対 象）県内栄養士

【9日（日）】（対 象）中・高運動部顧問及び指導者、養護教諭、
家庭科教諭、県アスレチックトレーナー協会会員

講 師 1部 （講師）早稲田大学スポーツ科学部 教授 樋口 満

2部 （講師）ザバススポーツ & ニュートリション・ラボ

所長 杉浦 克己

（会 場）富山県総合体育センター大研修室