

11月26日(土)、自由ヶ丘会館4階多目的ホールで、「スポーツ栄養研究センター講演会～スポーツ選手のコンディショニング～」を開催しました。

本年度講演会は、本学運動部活動で活躍する学生を主な対象者として開催しましたが、九州女子大学家政学部栄養学科からも多くの学生が参加しました。

講演1では、本学スポーツ学部講師 久保 誠司 先生から「野球日本代表チームにおけるコンディショニングアスレティックトレーナーの立場から」をテーマに、東京オリンピックでのコンディショニングサポートの実態を講演していただきました。

本学卒業生であるラグビー日本代表、浦安 D-Rocks 所属 竹内 柊平 選手のビデオメッセージ「学生時代を振り返って」を挟み、講演2では、至学館大学健康科学研究所 安藤 大貴 先生が「栄養価計算をせずとも栄養バランスが整う学生アスリートのための実践的献立作成法」をテーマに、アスリートが食事を自己管理するための簡潔な手法を講演していただきました。聴講した学生、本センター員ともどもコンディショニングについて深く考えるよい機会になりました。

