

## 食品メーカーでの管理栄養士の仕事

森永製菓株式会社 大畑 好美

### 1. スポーツ栄養との出会い

出会いは新入社員の頃にさかのぼります。ちょうど入社した年に「ウイダー・トレーニング・ラボ」というトレーニング施設が社内に新しく開設され、スポーツ栄養のスタッフとして配属されたのが始まりでした。

### 2. これまでの業務を振り返って…

入社1年目にいきなり大きな仕事を受け持ちました。ユニバーシアード・シェフィールド夏季大会代表選手全員の栄養調査です。栄養調査といっても方法も何もわからず、先輩方に手取り足取り教わりながら、スポーツ栄養のいろはを覚えていきました。

2年目にはいきなり、オリンピック強化指定選手の海外合宿帯同という機会をいただきました。種目はスピードスケート。リレハンメル冬季大会に向けた大変重要な合宿でした。まだまだ新米だったこともあり、いろいろ質問をされても満足に答えられず、コーチ陣には(ごく一部ですが)冷たくされたりなど、合宿中に何度泣いたことかわかりません。でもこのときに悔しい思いをしたからこそ、今でもスポーツ栄養にかかわっているような気がします。そして、その後の原動力になっているようにも思います。

3年目は陸上競技との出会いがありました。「高地トレーニングにおける日中共同研究(競歩)」への参加です。その後も実業団女子駅伝チームの栄養サポートをする機会をいただき、このときの仕事がきっかけで、財団法人日本陸上競技連盟(以下陸連)の専門委員としてかかわるようになりました。

### 3. 陸連での取り組み【食育プロジェクト】

陸連にはさまざまな専門委員会がありますが、スポーツ栄養の分野を担う委員会がありませんでした。そこで平成19年に医事委員会・指導者育成委員会(当時)・普及委員会(当時)合同による「食育プロジェクトチーム」を立ち上げました。まずは、全国の陸上競技を行う小・中学生とその保護者を対象に食生活および食意識の調査を実施、その後、陸連ホームページへの情報掲載や陸上競技研究紀要への投稿など、少しずつではありますがスポーツ栄養の啓蒙に努めてきました。今では、全国各地で開催する陸連主催の「アスリート発掘・育成プロジェクト」のU-12(小学生向け)クリニックで、指導者および保護者向けに食育研修会を毎年実施できるまでになりました。

また昨年からは、中学生を対象とした「U-15トップトレーニングキャンプ」での理論研修や、高校生が対象の「ジュニアユース強化合宿」への帯同依頼など、活動の幅が着実に広がりつつあり、励みになっています。

### 4. 今後に向けて

管理栄養士として社会に出てから早20年が経ちました。会社での現在の仕事は製品開発が主ですが、ここでも栄養学の知識は大いに役立っています。また社内に「食育推進チーム」を発足し、食品メーカーとしての食育活動を開始しています。そのリーダー的な立場として、今後も励んでいきたいと思えます。

さらにスポーツ栄養という面では、陸連での取り組みをより一層強化していくことが使命だと思っています。現在は小学生選手の保護者や、中学生選手に向けた栄養教育が活動の中心になっていますが、将来的には高校生や大学生も含めた定期的な栄養講習会を開催していきたいです。そして最終的には「陸連食育プログラム」を構築したいと考えています。実現には時間がかかるかもしれませんが、これからは「現場」へ足を運び、選手たちの身近な存在となれるよう、日々精進を重ねていくことを宣言します。

最後になりましたが、本コーナーへの執筆機会をいただいたことで、これまでの活動を改めて見直すことができましたことに感謝いたします。

大畑 好美 森永製菓株式会社 昭和44年生まれ。埼玉県出身。管理栄養士・公認スポーツ栄養士。

スポーツ歴は、高校時代はバスケットボール部に所属、大学時代はエアロビクスに明け暮れた毎日。平成3年に女子栄養大学を卒業後、森永製菓株式会社に入社。健康事業部(現ウイダー事業本部)、ヘルスフードサイエンス研究所(現ヘルスケア事業部)を経て、現在は製品計画部・第三グループマネージャーとして勤務。 2011/7/7