

## 大学で専門職として働く管理栄養士の仕事

日本体育大学 スポーツ局 医・科学サポートスタッフ 安達瑞保

### 1. はじめに—大学内での管理栄養士の位置づけ

スポーツ局は日本における大学スポーツの振興、競技スポーツの振興のため、平成10年10月10日体育の日に開局しました。同局では、競技スポーツ強化事業として、学内の40の運動部から強化対象として選ばれた、スポーツ局重点強化種目および強化指定選手に対し、「財政的・人的支援」、「スポーツ環境整備・リクルーティング支援」、「スポーツ医・科学的支援」が行われており、管理栄養士は「スポーツ医・科学的支援」を担う専門職として、トレーナーとともに配置されています。

### 2. 仕事内容

平成23年度に強化指定を受けた種目は、駅伝、体操競技(男子・女子)、レスリング、競泳、バドミントン(女子)、ハンドボール(男子)、硬式野球、サッカー(男子)、バスケットボール(男子・女子)、バレーボール(男子・女子)、ラグビー、相撲、以上12種目15チームです。

活動場所は、スポーツトレーニングセンター中2階のコンディショニングルームです。コンディショニングルームは、トレーナーが選手のケアを行う場所でもあり、さまざまな種目に対し、多領域の専門スタッフが連携を図りサポートを行うための重要な拠点となっています。

平成13年度から現職となりましたが、当時は栄養ケア・マネジメントの概念はありませんでした。諸先生方にご指導頂き、さまざまな種目の競技特性や期分けなどを考慮してサポートをするためには、何が必要で、選手が自己管理能力の習得をするために何が効果的であるのかを検討するため、食意識調査を試みました。

食意識における競技特性や他種目との違い、期分けによる食意識の変化、サポート内容による食意識の変化について調査した結果、競技特性だけでなく選手個々の食意識・食知識レベルを把握してサポートを実施し、食行動がどのように変化したかもモニターした結果をふまえて次のサポートを計画、実施することが必要であることや、継続的なサポートの中でモニターする場合には、そのタイミングについても考慮する必要があることが分かりました。そして、この食意識調査は、トレーナーによるアライメント等のチェック時に、身体組成測定とあわせて“コンディショニングチェック”として実施していましたが、食意識調査を実施したことにより、コンディショニングチェックへの理解を深め、定期的を実施し、その中に栄養教育を組み込むことが重要であることも分かり、この調査は、現在、栄養ケア・マネジメントに基づいてサポートするにあたり非常に重要な情報となりました。

現在は、サポート開始時に、アセスメントおよびモニタリングを実施し、栄養ケア計画を立てサポートを実施しています。食事管理では、クラブの寮の献立作成や、食事提供にかかる環境およびスタッフの管理、合宿・大会など遠征時の食事、試合時の補食の管理等を行い、栄養教育としては個別相談、講習会実施の他、情報提供として掲示物の作成等を行っています。また、多領域との連携を円滑に図るため、学生トレーナーへの栄養教育も行っています。選手に対する栄養教育に関しては、競技特性だけではなく、食意識・食知識レベル、期分け、大学生のライフスタイル等をふまえ、さらに、新入生に対しては、上級生とはコンディションを崩す要因が異なることを考慮し、サポートを実施しています。

### 3. まとめ

大学では最短で1年間、最長でも4年間という短い期間しか選手に関わることはできません。しかし、本学では、卒業後、選手だけではなく、指導者やトレーナーなど、選手を指導、サポートする職業を目指す学生も多く、将来の日本のスポーツ界を担う人材の輩出といった、卒後につながる栄養教育を行う責任の重さを感じています。

今後、栄養サポートにおいては、より実践力の向上につながるサポートを目指し、また、栄養教育の内容が実践できる、学内食環境の整備という大きな課題にも取り組み努力していきたいと考えています。

安達 瑞保 昭和51年生まれ 管理栄養士、公認スポーツ栄養士、健康運動指導士  
共立女子大学大学院家政学研究科食物学専攻修了 平成13年より現職 2011/9/15