

7月11日から13日まで早稲田大学で行われた記念すべき第1回日本スポーツ栄養学会に参加させて頂きました。本学会は「エビデンスに基づくスポーツ栄養学の発展を目指して」というテーマのもと、ランチョンシンポジウム・モーニングセッション・一般発表に加え、諸外国からの研究者による国際シンポジウムが開催され、グローバルな視点でスポーツ栄養学の課題とされるトピックスに深くフォーカスを当てた内容で行われました。

学会は3日間に渡って活気のある雰囲気の中、非常に充実した内容で行われました。本学会には管理栄養士以外にも運動生理学、スポーツ科学、臨床分野などを専門とする様々な分野における研究者の方々や食品企業等の企業関係者も参加しており、様々な立場からスポーツ栄養に関わっている方々と本学会を通じて意見交換をすることができました。

ナナ・マイヤー氏の特別講演ではスポーツ科学から応用された最新の研究データに基づく「アスリートにおける体重管理の実践」の紹介があり、女性アスリートの三主徴の一つであるエネルギーアベイラビリティは摂食障害を伴わなくても起こり得るという事実は大変興味深い内容でした。

また一般発表では、実業団、学生、オリンピック選手などを対象としたハイレベルな「スポーツ栄養マネジメント」を実践したサポート報告がなされており、スポーツ現場の現状と動向の幅広い情報を得ることが出来ました。

現在、国立スポーツ科学センターでは、競技種目別競技力向上のための研究（介入研究、実態調査、栄養管理）、多競技や世代別のナショナルチームへ向けた栄養サポート、得られた研究結果の情報発信、個々の選手への栄養相談などを行っており、それらに関する最新の研究結果を得るために本学会に参加致しました。私自身もトップアスリートにおける実態調査の一環として「ソチオリンピック選手におけるサプリメント使用状況」を発表し、今後のサプリメント定義及び取り入れ方の方針を検討していくための貴重なご意見も頂きました。

最後になりましたが、本学会開催にあたり多大なるご尽力をされた大会長をはじめ実行委員、運営スタッフ、JSNA事務局の方々に熱く御礼申し上げます。

国立スポーツ科学センター 松本なぎさ

モーニングセッションの様子



国際シンポジウムの様子



一般発表の様子

