

はせがわ ひろゆき

お名前 長谷川 尋之



【会員登録 2006 年】

高校バスケットボール部の夏季合宿にて、選手の飲水量測定を学生とともに実施する様子。夏季合宿中の運動前の尿比重測定、練習前後の体重変化とともに選手へフィードバックします。

ご所属 松本大学

「地方だからと諦めず、生涯、地域で学びと実践できるスポーツ医・科学の環境づくり」

松峯敏和さんから紹介を受けました長谷川尋之と申します。松峯さんが学生時代に埼玉県スポーツ栄養研究会で出会い、松峯さんのスポーツ栄養に対する情熱と行動力にあてられて約15年、当時の教える側から今では良き相談相手、スポーツ栄養の同志といえる関係になります。

◆スポーツ栄養の出会いと目覚め

大学1年生で参加した学会でオリンピックに帯同した管理栄養士がいるとシンポジウムで聞いたのが、初めて、私が「スポーツ栄養」と出会った瞬間でした。大学では、1期生ということもあり、身近な先輩がいるわけでもなく管理栄養士がどういう仕事で、どのような職場があるのかイメージすらできていなかったもので、衝撃をうけて羨望したことを今でも鮮明に覚えています。大学在学中も独学で雑誌や書籍を読むことはありましたが、当時の学部ではスポーツ栄養を学べる環境は少なく、進路選択時に体育大学の大学院への進学を決めました。

大学院では、体育大学らしく幅広いスポーツ医・科学領域の学びに触れることができ、講義や演習を通じて、次第にスポーツ栄養だけでなく、スポーツ医・科学全体に魅力を感じるようになり、今の活動の基礎になるような時間を過ごしました。また、所属していた運動栄養学研究室では、恩師や大学院生等が集まって語りあう時間が多く、単に研究の所作や理論を学ぶだけでなく、

倫理観、専門家としての責務を考えさせられる場となりました。大学院生活は、学ぶことだけに集中することができる時間であり、今となつては本当に贅沢な時間を過ごせていたと思います。

◆スポーツ栄養の仕事とキャリア

最初のスポーツ栄養に関する仕事は、フィットネスクラブの利用者様の減量指導や水泳をする子どもたちへの食育といった業務でした。大学院で学んだ直後だったこともあり、学問や科学を見過ぎて目の前の人を見ることができていないと反省する日々でしたが、老若男女、健康づくりや競技面など様々な目的の指導を経験することで、多様な人との接し方について成長を感じました。その後、縁あって、チーム・ニッポン・マルチサポート事業の栄養士として、日本を代表するアスリートと関わったことは、現在の仕事に直結する代え難い経験となりました。マルチサポート事業は、その名の通り様々なスポーツ医・科学の専門職種の方と連携して、包括的に選手サポートを行うことが求められました。大学院でスポーツ科学の基本を学んでいたこともあり、時には練習場で撮影スタッフのお手伝いをするようなこともありましたが、このような小さな関わり方が遠征先での情報収集や円滑な他職種連携に繋がっていったと思います。

◆現在のスポーツ栄養との関わりと目指していること

2017 年から現職の松本大学で教育・研究活動を始めました。大学教育に携わってから感じることは、スポーツ栄養を学びたい高校生や地域の管理栄養士がとても多いということです。私自身まだまだ勉強中の身ではありますが、これまでのキャリアでの葛藤や苦悩から得た経験、仲間などを活かして、後進を育てることが現在のスポーツ栄養との関わりであり生き甲斐になっています。

大学では、スポーツ栄養などの講義、ゼミ活動を通じた学習や研究、また本学の特色であるアウトキャンパス・スタディを通じた実践的な体験の創出を日々の業務としています。最近、学科の枠を超えるため、学生を中心としたスポーツ栄養を含むスポーツ医・科学活動を行う同好会「スポーツ医・科学研究会」を立ち上げて部長（指導者）も務めています。立ち上げ直後にスポーツ栄養学会のマッチング企画をみて、あのような企画を地域でやりたいと感じました。そこで昨年度は、松本市内の栄養士・管理栄養士、理学療法士やアスレティックトレーナーなど、これまでの活動で縁のあった多職種の専門家に声をかけ、本学の学生と一緒に学び、活動できる機会を同好会で作りました。まだ始まったばかりの活動ですが、地域の専門家と連携して、将来、地域で活躍できる学生、専門家の教育、リスクリングの場に発展させたいと考えています。

◆結びに ～地方だからと諦めさせない～

長野県は、県内が山に覆われ県内の移動でも数時間かかることがしばしばあります。地方にいるから学びたいけど学べない、学びを継続したいけどできないと諦めている人がいるかもしれません。本学のスポーツ医・科学活動を通じて、地域の栄養士・管理栄養士、また他職種の専門家が生涯学び、実践する場をつくること、活動を通じて地域のアスリートを支援し、地域から世界を目指すアスリート、専門家を育てることを目指して、これからも日々成長していきたいと思ひます。