

令和 5 年 10 月 理事会報告			
R5 第 5 回スポーツ栄養運営委員会運営会議			
日 時	10 月 15 日 (日) 時間:10:00~11:40	場 所	刈谷産業振興センター 小ホール 控室
出席者	小川静香、小久保友貴、山本和恵、上野秀美、甲田道子、重田玲子、野間千里、森田有貴、 敬称略		
協議事項 及び 決定事項	<p>1. 決定事項</p> <p>1) 第 6 回スポーツ栄養セミナーについて (1) 最終確認事項、司会原稿確認 参加申し込み 129 名 (栄養士会 86 名 (内、県外 4 名)、一般・学生 43 名) 当日参加を見込み受付準備を行う</p> <p>2) R5 スポーツ栄養講座～実践コース～ 日時： 2023 年 11 月 26 日 (日) 9 時～12 時 講師：河村美樹氏 講義 60 分 グループワーク 60 分 グループワークのテーマの設定 R5 スポーツ栄養講座～基礎コース～、第 6 回スポーツ栄養セミナーとともに一貫して「ジュニア期の栄養管理のポイント」で実施。 対象者 A 君を設定し、対象者とその保護者への栄養アプローチの検討項目や面談時の配慮するポイントなどをグループごとにまとめてもらう A 君の設定は、ほぼ完了。参加者に応じてグループ編成やファシリテーター役の委員の割り当てを次回の委員会 11 月 20 日に決定する</p> <p>3) その他 アジア大会・アジアパラ大会における飲食提供対象者別食品構成の作成等に関する業務委託の進捗状況について委員で情報共有を実施 15 日に食品構成が完成する見込み</p>		
理事会での 検討事項			
今後の 検討事項	<p>1. 来年度のスポーツ栄養セミナーの実施日や内容について (会場抑えもあり、来期計画時点で決定する必要がある)</p> <p>2. 来年度の事業計画を立てる上でのテーマ設定を行う</p>		
委員会の 課題			

令和 5 年 10 月 理事会報告

R5 第4回スポーツ栄養運営委員会運営会議

日 時	9月 25日(月) 時間:20:00～21:30	場 所	WEB 会議
出席者	小川静香、小久保友貴、山本和恵、上野秀美、甲田道子、重田玲子、野間千里、森田有貴、永戸（事務局） 敬称略		
協議事項 及び 決定事項	<p>1. 決定事項</p> <p>1) 第6回スポーツ栄養セミナーについて (1) 最終確認事項、当日の担当役割について決定 参加申し込み 110名（内訳：栄養士会員79人、一般12人、学生19人） セミナー受付は、12時半から開始 午前中に第5回スポーツ栄養運営委員会を実施（R5スポーツ栄養講座～実践コース～の内容に関して）</p> <p>2) R5スポーツ栄養講座～実践コース～ 日時：2023年11月26日（日） 9時～12時 講師：河村美樹氏 講義60分 グループワーク60分 グループワークのテーマについて意見を出し合い R5スポーツ栄養講座～基礎コース～、第6回スポーツ栄養セミナーとともに 一貫して「ジュニア期の栄養管理のポイント」と言う内容で講義をいただく。 最終決定は、次回の委員会（10月15日）に行う</p> <p>3) その他 アジア大会・アジアパラ大会における飲食提供対象者別食品構成の作成等に関する業務委託の進捗状況について委員で情報共有を実施 10月1日、15日にかけて食品構成を作成、提出予定</p>		
理事会での 検討事項			
今後の 検討事項	1. 来年度のスポーツ栄養セミナーの実施日や内容について（会場抑えもあり、来期計画時点で決定する必要がある）		
委員会の 課題			

令和 5 年 10 月 理事会報告

R5 第3回スポーツ栄養運営委員会運営会議

日 時	7 月 25 日 (火) 時間:20:00~21:30	場 所	WEB 会議
出席者	小川静香、山本和恵、上野秀美、野間千里、森田有貴、甲田道子、重田玲子、永戸(事務局) 敬称略		
協議事項 及び 決定事項	<p>1. 決定事項</p> <p>1) R5 スポーツ栄養講座～基礎コース～実施報告 (1) 参加人数、アンケート集計の結果共有 報告書を準備し、HP へアップする。</p> <p>2) 第 6 回スポーツ栄養セミナーについて 当日のスケジュールと講師のテーマ決定</p> <p>講座① 講 師：柴崎真木氏 テーマ：「成長期に絶対知っておきたい！！トップアスリートになるための食事と栄養」</p> <p>講座② 講 師：茂庭照幸選手（サッカー刈谷 FC、元日本代表、ジュニア育成） テーマ：『「食べる」ことも能力』。</p> <p>参加費に関しては、参加される層が一般も多く、年齢層も要検討</p> <p>2 講座受講の場合：会員 2,000 円、他県会員 3,000 円、非会員 4,000 円、 学生（大学生のみ）1,000 円</p> <p>1 講座受講の場合：会員 1,000 円、他県会員 1,500 円、非会員 2,000 円、 学生（大学生のみ）500 円</p> <p>※後半 1 講座のみ受講の非会員（保護者）はジュニア選手同伴に限り 1,500 円とする。ただし、保護者が本会員の場合は、会員価格となる。</p> <p>※小学 5 年生～高校生無料。ただし、小・中学生は保護者同伴とする。</p> <p>※小学 4 年以下は入場不可</p> <p>3) R5 スポーツ栄養講座～実践コース～について 日時：2023 年 11 月 26 日（日） 午前 9 時～12 時 対象：栄養士・管理栄養士 30 名 会場：日本福祉大学中央福祉専門学校（担当山本委員） 講師：河村美樹氏 「ジュニア選手への栄養管理のポイント（仮）」 内容に関しては、次回の委員会までの宿題となった。</p> <p>2. その他 アジア大会・アジアパラ大会の進捗状況について報告があった。</p>		
理事会での 検討事項	※ 8 月に公益 1 事業であることで、予算を修正したため参加費を無料とした。		
今後の 検討事項	1. R5 スポーツ栄養講座～実践コース～の演習内容の決定		
委員会の 課題			

令和 5 年 10 月 理事会報告			
R5 第 2 回スポーツ栄養運営委員会運営会議			
日 時	6 月 24 日 (土) 時間:12:45~14:00	場 所	事務局 (WEB 会議)
出席者	事務局:小川静香、小久保友貴、山本和恵、上野秀美、野間千里、森田有貴、永戸(事務局)、WEB:甲田道子、重田玲子 敬称略		
協議事項 及び 決定事項	<p>1. 決定事項</p> <p>1) 第 6 回スポーツ栄養セミナーについて</p> <p>(1) 日時、会場、講師、内容など (提案事項)</p> <p>10 月 15 日午後 1 時から 5 時 刈谷産業振興センター 小ホール</p> <p>講師 1:柴崎真木氏</p> <p>テーマ:ジュニアに関わる栄養、オリンピック選手をサポートした経験から幼少時代に心がけること</p> <p>講師 2:検討中</p> <p>寺本明日香氏に打診、第 2 候補として茂庭照幸氏 (FC 刈谷)</p> <p>①ポスター (野間委員)、要項 (重田委員) について</p> <p>7 月の配布物に予告としてチラシを送付済み</p> <p>正式版は、7 月中に作成し、8 月 10 日までに事務局提出する</p> <p>②第 6 回スポーツ栄養セミナーのアンケートは、委員会で集計する</p> <p>アンケート作成 Google フォーム QR コード (担当:森田委員)</p> <p>データを共有するために、委員全員を管理者に登録することになった。</p> <p>※広報活動は積極的に実施したい</p> <p>2) R5 スポーツ栄養講座～実践コース～について</p> <p>日時:2023 年 11 月 26 日 (日) 午前 9 時~12 時</p> <p>対象:栄養士・管理栄養士 30 名</p> <p>内容:成長期 (スポーツ活動を行う高校生) を対象とした栄養教育についての講演グループワーク (委員が主導)。7 月の委員会までに内容を検討しておくことになった。</p> <p>会場:日本福祉大学中央福祉専門学校 (担当山本委員)</p> <p>講師候補:①河村美樹氏 (甲田委員が確認する)</p> <p>ポスターは上野委員、要項は甲田委員が担当。7 月中に作成する。</p> <p>3) その他</p> <p>アジア大会・アジアパラ大会の進捗状況について報告があった。</p>		
理事会での 検討事項			
今後の 検討事項	<p>1. 第 6 回スポーツ栄養セミナーの講師の決定</p> <p>2. R5 スポーツ栄養講座～実践コース～の内容の決定</p>		
委員会の 課題			

令和5年度 事業計画書(案)

事業担当部署 スポーツ栄養運営委員会 報告者 小川静香

事業区分	公益 3		
事業名称	(公社)愛知県栄養士会スポーツ栄養講座～実践コース～		
事業概要	目的	スポーツ栄養活動を通じ、県民への健康増進・競技力向上などを旨すと共にスポーツ関連との連携を図り、さらなる活動を普及し周知していく。そのために管理栄養士・栄養士を養成していく。	
	内容	スポーツ栄養講座～実践コース～	令和5年11月26日(日) 9:00～12:00
		場 所	日本福祉大学中央福祉専門学校
		対象及び参加予定数	管理栄養士・栄養士 各講座約30名
		内容のプログラム等	スポーツ栄養講座～実践コース～:1単位(120分)で、スポーツ栄養マネジメントの講義・演習を中心に、スポーツ業界に実践できる知識・スキルを学ぶ内容となっている。 前半:講義(60分) 講師:河村美樹氏 (管理栄養士) タイトル:「ジュニア選手への栄養管理のポイント」 後半:グループワーク(60分) 内容:委員ファシリテーターが主導事例検討(ジュニア期の栄養管理実践ワーク)を実施
結果と成果	参加者		
	結果概要等		

		収入金額	支出金額	残額
当初予算	R5年度予算	32,500	61,950	-29,450
当年度実績	スポーツ栄養講座～実践コース～	0	0	0

	科目	金額	積算基礎	
予算	収入	事業収入		
		参加費	25,000	愛知県栄養士会員25名@1,000
		〃	7,500	他県栄養士会員5名@1,500
	計		32,500	
	支出	諸謝金	20,000	講師料(1名分×@20,000)
		旅費交通費	10,000	委員(5名×@2000円)
		事業運営費	22,000	会場費(@22,000円)
		〃	5,000	資料代など
		通信運搬費	3,000	車両貸出・郵送料他
		振込手数料	1,950	カード振り込み手数料(参加費の6%)
計		61,950		
決算	収入			
	計		0	
	支出			
	計		0	

令和5年度 事業報告書

事業担当部署 スポーツ栄養運営委員会 報告者 小川静香

事業区分	公益 1		
事業名称	令和5年度(公社)愛知県栄養士会第6回スポーツ栄養セミナー		
事業概要	目的	スポーツ栄養活動を通じ、県民への健康増進・競技力向上などを旨とすると共にスポーツ関連団体および従事者との連携を図り、さらなる活動を普及し振興していく。 幅広いスポーツ関連団体の方へのスポーツ栄養の関心興味を高める内容とし、多くの方に参加し栄養士を身近に感じていただく機会とする。	
	内容	第6回スポーツ栄養セミナー	令和5年10月15日(日)13:00~17:00
		場 所	刈谷市 産業振興センター 小ホール
		対象及び参加予定数	対面方式:200名
		内容のプログラム等	1部「成長期に絶対知っておきたい!パフォーマンスを上げるための食事と栄養」公認スポーツ栄養士 柴崎真木氏 2部「『食べる』ことも能力」茂庭照幸氏(FC刈谷選手兼クラブアンバサダー 元日本代表) 成長期の運動する子供を持つ保護者やチーム育成者に向けての栄養の情報提供を行う。
結果と成果	参加者	113名(会員69名 一般又は学生40名 当日4名)	
	結果概要等	【内容】 講演①13:00~14:30 テーマ:成長期に絶対知っておきたい!!パフォーマンスをあげるための食事と栄養 講師:柴崎 真木先生(管理栄養士) 概要:成長期のアスリートの食事ポイントや取り方、食生活の重要性などについてお話しくださった。成長期は身体が大きく変化する時期であり、エネルギーや栄養素が不足しないよう摂取していくことや日々の食生活が重要になるとのことであった。 食事とパフォーマンスの関係性や摂取タイミングの重要性についてグラフを使用して説明されたり、実際にトップアスリートたちが普段どのような食事をとられているのか食事写真を見せていただいたりして、わかりやすくお話しくださった。 成長期から、正しい食知識や日々の食生活などが大切であり、ジュニア選手への栄養サポートの重要性を改めて感じた講演であった。 講演②15:00~16:30 テーマ:『食べる』ことも能力 講師:茂庭 照幸先生(FC刈谷選手兼アンバサダー 元サッカー日本代表) 概要:茂庭先生は小・中学生時代から食事を意識され、その取り組みや実体験について、プロになってから取り組まれていたこと、意識されていたことなどをお話された。現在は、選手として、指導者として、保護者として様々な立場におられ、それぞれの目線から食事に対しての考えや思い、取り組み、食事の大切さについてお話しいただいた。 講演の途中からトークセッションと質疑応答を行い、とても貴重なお話を聞かせてくださった。質疑応答ではたくさんの方々からセミナー終了間際までご質問をいただき、ご丁寧に回答いただき、賑わいあったセミナーであった。一部は、スポーツ栄養士の現場からの講習で多くのデータや資料を使って学ぶ時間、二部は現役選手でもあり、指導者でもあるサッカー選手の話や現場の話をリアルに聞ける時間というように構成した。当初ジュニアアスリートが多く参加できると期待したが、イベントの集客方法にも工夫すべきだと感じた(地元の教育委員会などに案内をしたり)質問も活発に出て、会の雰囲気はとて良く構成内容も一部二部が繋がっていて理解度が深まったと感じた。 次回の課題は、参加費や開催場所、告知方法によっても参加人数に大きく影響が現れるため、参加者のアンケートなど意見を把握し、次年度の事業計画に反映していきたい。	

		収入金額	支出金額	残額
当初予算	R5予算	0	142,300	-142,300
当年度実績	第6回スポーツ栄養セミナー	20,000	158,736	-138,736

予算	収入	科目	金額	積算基礎
		事業収入		
		参加費	0	受講料0円(参加費無料)
	計		0	
支出		諸謝金	60,000	講師料(2名分)
		旅費交通費	30,000	講師交通費(2名分)
		"	12,000	役員7名@1500 下見1日含む
		事業運営費	33,300	会場費(振込手数料含む)
		"	5,000	弁当代、手土産代
	通信運搬費	2,000	郵送料(会員発送等)-車両貸出他	
	計		142,300	
決算	収入	事業収入	0	
		展示協賛金	20,000	東洋羽毛東海販売株式会社
	計	20,000		
	支出	諸謝金	65,000	講師2名(@30,000円)、委員長(5,000円)
		旅費交通費	23,480	講師2名分
		"	33,060	委員8名分(当日)、予約・下見2日分含む
事業運営費		33,300	会場費	
"	3,896	弁当代(スタッフ9名 講師1名分)		
計		158,736		

令和5年度 事業計画書(案)

事業担当部署 スポーツ栄養運営委員会 報告者 小川静香

事業区分	公益 1			
事業名称	令和5年度(公社)愛知県栄養士会第6回スポーツ栄養セミナー			
事業概要	目的	スポーツ栄養活動を通じ、県民への健康増進・競技力向上などを旨とすると共にスポーツ関連団体および従事者との連携を図り、さらなる活動を普及し振興していく。 幅広いスポーツ関連団体の方へのスポーツ栄養の関心興味を高める内容とし、多くの方に参加し栄養士を身近に感じていただく機会とする。		
	内容	第6回スポーツ栄養セミナー	令和5年10月15日(日)13:00~17:00	
		場 所	刈谷産業振興センター 小ホール	
		対象及び参加予定数	対面方式:200名	
	内容のプログラム等	1部「成長期に絶対知っておきたい!パフォーマンスを上げるための食事と栄養」公認スポーツ栄養士 柴崎真木氏 2部「『食べる』ことも能力」茂庭照幸氏(FC刈谷選手兼クラブアンバサダー 元日本代表) 成長期の運動する子供を持つ保護者やチーム育成者に向けての栄養の情報提供を行う。		
結果と成果	参加者			
	結果概要等			

		収入金額	支出金額	残額
当初予算	R5予算	0	142,300	-142,300
当年度実績	第6回スポーツ栄養セミナー	0		

		科目	金額	積算基礎
		収入	事業収入	
		参加費	0	受講料0円(参加費無料)
	計		0	
予算	支出	諸謝金	60,000	講師料(2名分)
		旅費交通費	30,000	講師交通費(2名分)
		〃	12,000	役員7名@1500 下見1日含む
		事業運営費	33,300	会場費(振込手数料含む)
		〃	5,000	弁当代、手土産代
		通信運搬費	2,000	郵送料(会員発送等)・車両貸出他
		計		142,300
決算	収入	事業収入		
	計			
	支出	諸謝金		
		旅費交通費		
計		0		

令和5年度 事業報告書

事業担当部署

スポーツ栄養運営委員会

報告者 小川静香

事業区分	公益 3		
事業名称	(公社)愛知県栄養士会スポーツ栄養講座～基礎コース～		
事業概要	目的	スポーツ栄養活動を通じ、県民への健康増進・競技力向上などを旨と共によりスポーツ関連との連携を図り、さらなる活動を普及・振興していく。そのために管理栄養士・栄養士を養成していく。スポーツ栄養講座～基礎コース～では、栄養士のみならずスポーツに関わる人材育成のため、幅広い分野の講師を招き知識を深め、情報交換できる機会を設け、連携体制を整える。	
	内容	スポーツ栄養講座～基礎コース～	令和5年6月24日(土)9:20～12:30
		場 所	zoom(ウェビナー)
		対象及び参加予定数	管理栄養士・栄養士及び学生、スポーツ競技指導者及びトレーナー、スポーツ関係者等:各講座80名
	内容のプログラム等	スポーツ栄養講座～基礎コース～:2単位(90分/単位)を1日間、栄養学以外の他分野の講義を中心に、スポーツ業界に通じる知識を得る内容となっている。「成長期、女性アスリート」「睡眠と運動」(予定)	
	結果と成果	参加者	参加者70名(愛知県栄養士会員41名、他県栄養士会員8名、学生21名) ※スタッフ8名含む
結果概要等		<p>①女性特有の月経について、思春期アスリートが考慮しなければならない点をわかりやすく説明していただいた。アスリートの三主徴においてエネルギー不足から起こる無月経や骨粗鬆症や疲労骨折についてもそのリスクをしっかりと把握することが大事である。また月経がある場合でも、周期異常やPMSなどパフォーマンスとの関連も生じるため、周期を考慮したトレーニングも検討すべき事項とのこと。興味深かったことは、黄体期に持久力が高まる可能性があることが報告されており、脂質を使える期間を有効にトレーニング計画に組み込むのも良いとのことであった。まだまだ女性の研究は少なく、これからの報告に期待したいと感じた。</p> <p>②栄養教育の基本的なことから説明いただき、実際に吉岡先生が携わっている「いわてスーパーキッズ発掘・育成事業」の内容を紹介いただいた。その中で大事にしていることは、セルフモニタリング(日記)をつけること、それに対してフォローが継続させる上では大事な取り組みとのことであった。大変な作業であることは想像できるが、この作業によって選手の取り組み方や保護者の方への影響力が大きく変わるとのことであった。小学生や中学生のうちからの食事への関心・興味を高めることがその後の成長や選手のパフォーマンス向上につながるということが証明されている事例と感じた。</p>	

		収入金額	支出金額	残額
当初予算	R5年度予算	260,000	139,200	120,800
当年度実績	スポーツ栄養講座～基礎コース～	120,000	106,817	13,183

		科目	金額	積算基礎	
		収入	事業収入		
参加費	180,000		会員60名@1,500x2講座		
	40,000		他県会員10名@2,000x2講座		
	30,000		非会員5名@3,000x2講座		
	10,000		学生5名@1,000x2講座		
計		260,000			
支出	諸謝金	60,000	講師料(2名分x@30,000)		
	講師交通費	6,000	2名x@3000		
	旅費交通費	16,000	役員(4名x@2000円)x2日※リハーサル含む		
	事業運営費	25,000	会場費(振込手数料含む)		
	〃	10,000	茶代、お茶菓子代等		
	通信運搬費	15,000	郵送料他		
	振込手数料	7,200	カード振り込み手数料(@1,500*6%*80名)		
計		139,200			
決算	事業収入				
	参加費	62,000	愛知県栄養士会会員31名@2,000		
		36,000	他県栄養士会会員12名@3,000		
		28,000	学生28名@1,000		
	返金	-6,000	愛知県栄養士会会員3名@2,000		
	計		120,000		
	諸謝金	90,000	講師料(2名分x@45,000)		
	旅費交通費	5,980	委員(6名)		
	事業運営費	3,177	委員・事務局(7名分)		
	振込手数料	7,200	Payvent手数料(受講料合計120,000x6%)		
〃	360	Payvent手数料(返金者用)(受講料合計6,000x6%)			
〃	100	Payvent銀行振り込み手数料			
計		106,817			