

## 令和6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:山本和恵

事業区分	公益 3				
事業名称	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	<p>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。</p> <p>実践コースでは、管理栄養士・栄養士の実践的なスポーツ栄養の知識を資する。そして、県民へ還元する。</p> <p>今年度の【テーマ】「栄養とコンディショニング」</p> <p>テーマ決定の主旨:人はコンディショニングが整えられなければ何をすることも良い結果が生まれない。運動、栄養、休養はその手段の一つである。今回は、食事・栄養と心身の休養を取ることにより、よいパフォーマンスが維持・向上できるかを考え、学びを深める。</p> <p>今回の目的:健康保持・増進、競技力向上において、コンディショニングを保つには、疲労回復が大切である。そこで、今回は疲労回復のための食事について習得する。</p>			
	内容	日 時	令和6年11月23日(土・祝)		
		場 所	岩倉生涯学習センター 料理室		
		対象及び参加予定数	15名		
		内容のプログラム等	調理実習 11:00～14:00 「疲労回復のための食事のコツ」 公認スポーツ栄養士 大野千秋先生		
結果と成果	参加者	16名(内愛知県栄養士会会員13名・非会員3名) 欠席者1名			
	結果概要等	ミニ講義を30分程度行った後、調理実習を実施した。調理実習中や試食中に各テーブルに回りながら参加者の質問に答えてくださり、とても充実した調理実習であった。参加者から、「調理実習は目で見て確認ができるのでわかりやすかった。」と意見があり、参加者の満足度は約9割であった。			
			収入金額	支出金額	残額
当初予算	R6年度予算	予算収入	42,000	66,490	-24,490
当年度実績	スポーツ栄養講座～実践コース～実績		45,500	60,787	-15,287
予算	収入	科目	金額	積算基礎	
		参加費	25,000	会員10名@2,500	
		〃	3,000	他県会員1名@3,000	
	〃	14,000	非会員4名@3,500		
	計		42,000		
	支出	諸謝金	30,000	講師料	
		講師交通費	0	講師料交通費	
		旅費交通費	12,000	委員(6名x@2000円)	
		事業運営費	5,640	会場費	
		〃	1,000	備品代	
〃		15,000	食材料費(15名×@1,000)		
通信運搬費		0	車両貸し出し料		
〃	2,850	振込手数料(payment手数料+銀行振込手数料)			
計		66,490			
決算	収入	参加費	35,000	会員名14名@2,500	
		〃	10,500	非会員3名@3,500	
		計		45,500	
	支出	諸謝金	30,000	講師料	
		旅費交通費	7,840	委員(5名)	
		事業運営費	5,640	会場費	
		〃	2,682	備品代	
		〃	11,840	食材料費	
		〃	2,785	振込手数料(payment手数料+銀行振込手数料)	
	計		60,787		

令和 6 年 12 月 理事会報告

R6 第 5 回スポーツ栄養委員会

日 時	11 月 20 日 (水) 20 : 00 ~ 22 : 30	場 所	オンライン (Zoom)
出席者	小久保友貴、上野秀美、野間千里、森田有貴、重田玲子、山本麻希、山本和恵、 報告者：山本和恵		
協議事項 及び 決定事項	<p>1. 確認事項</p> <p>1) スポーツ栄養講座 実践コース 11 月 23 日 (土)</p> <p>会場：岩倉市生涯学習センター 会場費：5640 円</p> <p>テーマ：「現場がわかる！疲労回復のための食事のコツ」(1 単位)</p> <p>内容 (タイムスケジュール)：9 : 00 集合 (10 : 30 半受付)</p> <p>買い出し・会場準備 9 : 30 ~ 10 : 00 (二班に分かれて実施)</p> <p>材料分配 10 : 00 ~</p> <p>受付 10 : 30 ~</p> <p>演習開始 11 : 00 ~</p> <p>講話・作り方 (30 分)</p> <p>片付け終了 14 : 00</p> <p>※14 : 00 ~ 15 : 30 運営委員会 (反省会、来年度の予算案など)</p> <p>2. 提案事項</p> <p>1) 来年度のイベントについて</p> <p>概案：① 強くなるための食事のコツとパフォーマンスの関係 ブースを設ける</p> <p>② ハラルとアジア競技大会 ブースを設ける</p> <p>③ スポーツ食育クイズラリー ブースを設ける</p> <p>④ 昨年企業から提案されたコラボ講義 (検討中)</p>		
理事会での 検討事項			
今後の 検討事項	来年度のイベントについて、具体的に検討する。		

令和 6 年 12 月 理事会報告

R6 臨時スポーツ栄養委員会

日 時	11月23日(土) 14:00~15:40	場 所	岩倉市生涯学習センター (対面)
出席者	小久保友貴、上野秀美、野間千里、森田有貴、山本和恵、(永戸) 報告者：山本和恵		
協議事項 及び 決定事項	<p>1. 提案事項</p> <p>1) 来年度のイベントについて</p> <p>    概案：① 強くなるための食事のコツとパフォーマンスの関係             ブースを設ける</p> <p>          ② ハラルとアジア競技大会             ブースを設ける</p> <p>          ③ スポーツ食育クイズラリー             ブースを設ける</p> <p>          ④ 昨年企業から提案されたコラボ講義（検討中）</p>		
理事会での 検討事項			
今後の 検討事項	来年度のイベントについて、具体的に検討する。		