

アスリートに関わる 管理栄養士の仕事について

2016.11.8 13:00~14:30 K306 教室

今回は企業で働く、スポーツ栄養士としてご活躍されている高橋亜未さんをお招きしました。スポーツ栄養士として働くこと、企業の栄養士として働くことのお話をさせていただきました。



講師 高橋亜未先生

宮城学院女子大学を卒業後、現在の(株)明治に入社。東北楽天ゴールデンイーグルスのスクールや、プロサッカーチームのモンテディオ山形など東北6県で栄養セミナーや栄養指導をこれまで200回以上行っています。

★内容★

①企業で働く栄養士とは



企業で働く管理栄養士は、従業員の栄養管理や商品開発を行うだけでなく、乳児・高齢者・スポーツ選手などへの栄養教育をはじめとして、様々な領域で活躍しているとのことでした。

また、入社後に自分がしたい仕事に就ける人も少しはいますが、多くの方は、必ずしも最初から自分がやりたいことができるわけではなく、ほとんどが初めての経験の仕事ばかりとのことでした。

そしてもっとも重要なことは、自社商品の販売であり、消費者に商品を購入していただくためには、栄養指導を行いつつ、商品の特徴を適切に伝える努力を惜しまないとのことでした。

人々の健康状態を維持・改善するために、対象となる方の健康状態等を適切に把握するとともに、同僚を含め、様々な人との関わりを持ちながら、日々仕事に取り組んでおられるとのことでした。

②スポーツに関わる栄養士とは

スポーツをしている学生たちやスポーツ選手の指導をするにあたって、「体重を増やしたい」「筋肉を増やすには？」などの質問が多く寄せられる中で、何を食べれば良いというわけではなく、主食・主菜・副菜・乳製品・果物をバランス良く食べることが大事ということを伝えるようにしていただけたとのことでした。実際の指導の用いる写真を交えながら、たくさんの量をバランス良く摂ることでより良いパフォーマンスへとつながる、ということの説明していただきました。スポーツ選手の中でも、学生時代から体づくりをしていた選手は、特に指導を受けなくても食事の量とバランスが良好なのですが、そうではない選手への指導が大切とおっしゃっていました。



★アンケート結果★

1 内容はいかがでしたか？

とても興味深かった 37名
興味深かった 20名

2 興味を持った内容は何ですか？

企業の管理栄養士の仕事内容を知ることができてよかった
スポーツ選手への食事指導の話
プレゼン力が必要であることが分かった
栄養指導のポイントを知ることができた
就職するまでの学生生活を大切にしたい

3 講演会の感想をお書きください。

- 栄養の知識だけでなく、コミュニケーション能力も必要だと分かった。
- 企業の栄養士＝商品開発のイメージが強かったが営業もしていることが分かった。
- 企業で働くというイメージがいままでなかったので、将来を考える上でとても自分のためになった。
- 企業の栄養士として、スポーツ栄養士として、社会人として、必要なスキルや常識などを知ることができた。
- 何を求められているのかを明確に回答できるようにになりたいと思った。

講演会を開いての感想

当日はスポーツ栄養だけでなく、企業の管理栄養士としての仕事内容を知ることができました。自分たちも知らないことばかりで、将来のための勉強になりました。企業の管理栄養士の仕事内容を知らない学生さんたちも多い中で、興味をもったという声が聞けて良かったです。講演会当日まで指導して下さった先生方、助手の皆さんありがとうございました。

