

指導部活中学部 栄養や食事

中区の企業サポート企画

スポーツの力を地域活性化につなげようと、総合エネルギー業の「エネジン」（浜松市中区）が、中学校の部活動をバックアップする「部活動サポート企画」に取り組んでいる。地元企業と協力して、トレーニング方法や食事指導などを中学生にアドバイスする。

一昨年から始めた取り組みで、新チームになった昨年十月から夏の大会が終わる今年八月までが期間。第二期の今回は、雄踏中野球部、三ヶ日中野球部、入野中サッカー部、浜名中女子バレー部の四校七十六人が対象。

浜名中では、女子バレーボールクラブ「ブレス浜松」の選手が outgoing、ストレッチからボールを使ったトレーニングまでマンツーマン

4校の選手が専門知識学ぶ

ンで指導。三ヶ日中で有し、分析作業を通しては、チーム内で動画共々考える習慣をつける



相羽里咲さん④から、食事量や栄養素の話聞く生徒ら＝浜松市中区で

講座を開催。動画分析アプリ開発の「SPLYZA（スプライヤ）」がアプリについて説明した。

一月二十九日には、本社に杏林堂薬局管理栄養士の相羽里咲さんを迎え、「スポーツ栄養セミナー」を行った。参加した四校の選手ら約九十人が、中学生に必要な食事量や栄養素の説明を受け、バランスよい生活と生活リズムが日々の練習を支えることを学んだ。

今後は、入野中でフットサルチーム「アグレミーナ浜松」のメンバーによる指導などが予定されている。

エネジン担当者の北井佑佳さんは「学校からも、専門的な知識を持った企業がバックアップしてくれるのはありがたいと好評。生徒たちにとっても貴重な経験になるのでは」と話している。

（高柳義久）