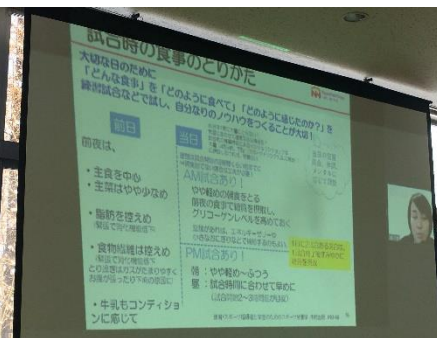
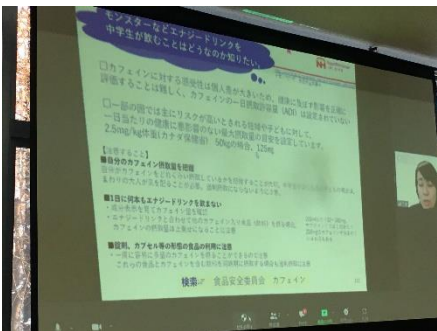


技術・家庭科教育 実技・理論 研修会 終了報告

テーマ	部活動期の児童生徒への食に関する指導の重要性について	
日時	令和4年1月6日(木) 14:30～16:30	
会場	石狩教育研修センター	
講師	八巻 法子 氏 (肩書:)日本ハム株式会社 中央研究所 管理栄養士 北海道日本ハムファイターズ 栄養サポート担当	
参加者	18名	
研修会 の 様 子		今年度の理論研修は、日本ハム株式会社 中央研究所で管理栄養士をされている八巻法子氏に講師をお願いしました。 リモートでお願いし、つくば市から講演をしていただきました。
		八巻先生は、北海道日本ハムファイターズで栄養サポートもされているため、どのようなサポートを選手たちが受けているのか、また実際に選手たちが摂っている食事を画像でも紹介してくださいました。 「食事とは何ですか?」という質問に「仕事です」と答える選手もいると冒頭で解説がありましたが、それがよくわかるような食事内容に、プロの世界の厳しさも感じました。
		今回の講演は、「部活動期の児童生徒への食の指導」というテーマでした。教科指導はもちろん、部活動顧問としての指導でも役立つ内容がたくさんありました。「試合前日～終了まで、どのような食事を摂った方が良いのか」、また「捕食や水分の摂り方」など、実践的な内容でした。
		事前に技術・家庭科部会に所属している先生方から質問事項を回収し、八巻先生にお渡ししていました。それらの質問に対する回答も交えて、講演を行っていただきました。「エナジードリンクを中学生が飲むことについて」など、昨今の中学生の食生活の実態に対する質問にも丁寧に答えてくださり、教科指導や部活指導に大変、参考になりました。