

平成29年度 輝くまちづくり交付金 実施報告書

1 事業内容

団体名	NPO 法人東北北海道スポーツコミッション
事業名	ジュニアアスリートサポート事業
課題テーマ	地域を担う人材育成・地域経済の活性化
事業提案の背景	<p>アスリートにとって食事というのは練習と同じくらい大切だと言われています。スポーツをしない人と違い、アスリートは栄養面、食事を摂るタイミング、食べ合わせなどが体作りや試合でのパフォーマンスに密接に関係しています。</p> <p>さらに、ジュニアアスリートにおいては成長期の栄養とスポーツをすることで消費する栄養の補給など配慮が必要になってきます。ですが、現状の釧路において、ジュニアアスリートへの食事サポートの意識が非常に低い状況です。</p> <p>試合間に消化の悪い揚げ物のお弁当を食べさせている姿などもよく見かけ非常に残念に感じます。</p> <p>釧路には才能を秘めたジュニアアスリートが沢山います。彼らを食事面から強化する事によって、心身ともに強いアスリートを育てていくことができると考えられます。</p> <p>そのためには、ジュニアアスリート本人、指導者、そして食事を作るご家庭の方の意識改革が必要になります。</p> <p>また、釧路は海産物、農産物と食材に恵まれている地域でもあります。豊富な釧路産の食材で、ジュニアアスリートむけの栄養バランスの整った食事を作ることが可能です。</p> <p>28年度は交付金を活用して釧路産のレシピの開発を行いレシピブックを1000冊作成し、スポーツ団体等に配布をしました。</p> <p>開発したレシピはフリーペーパーMember+Overでも紹介し、市民にレシピを活用してもらうことが出来ました。</p> <p>しかしながら、告知回数もMember+Overでの紹介では4回と少ないのもあり、現状ではまだまだ意識改革は足りないと感じます。</p> <p>また、釧路の食材も豊富にあるためレシピの開発の継続も必要であると考えられます。</p> <p>ジュニアアスリート達が産まれたこの釧路で生産された食材を食べ、正しい食事を摂り、活躍できる強いアスリートを育てたいと考えて継続した事業を提案しました。</p>

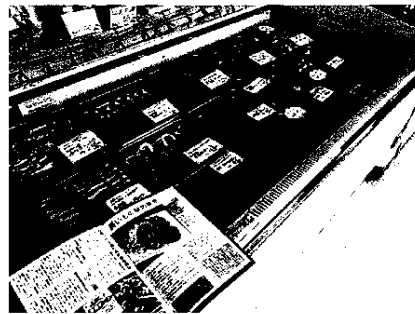
<p>事業目的</p>	<p>1. ジュニアアスリートを食事面からサポート 2. 釧路産の食材でのアスリート食のレシピ開発 3. アスリート食の認知</p>
<p>事業概要</p>	<p>釧路産の食材を活かしたレシピの開発 開発したレシピのレシピブック作成 食品コーナー等でレシピブックの配布</p>
<p>事業展開</p>	<p>2014年ソチオリンピックのマルチサポート・ハウスミール運営スタッフを務めた釧路短期大学の山崎美枝教授によるアスリート食講座を開催し、ジュニアアスリート本人、保護者、指導者にむけ意識の改革を促す。 併せて、山崎美枝教授監修のもと、釧路産の食材を活かしたアスリート食レシピの開発を行い、レシピブックを500冊作成した。 レシピは釧路産の魚や肉を活用したもので開発をおこなった。 レシピの他、試合前後や当日の食事の摂り方、肉の食べ方や水分補給なども掲載している。</p> <div data-bbox="715 1025 1203 1384" data-label="Image"> </div> <p>3月21日にジュニアアスリートむけ食育講座を開催し、山崎教授の講演の後に参加者へ配布をおこなった。 16組のスポーツをしている小学生と保護者は参加し、アスリート食の食事について学んだ。</p> <div data-bbox="715 1664 1203 2022" data-label="Image"> </div>

参加者から、チームの子供たちにも配布したいと持って帰り指導者や子供たちに配ってアスリート食を共有してくれた。

レシピはフリーペーパーMember+Overで紹介。レシピブックには紹介されたレシピの他、掲載されていない書下ろしレシピも掲載している。



レシピブックはスポーツ課よりスポーツ団体への配布、スポーツ施設への設置をした。さらに、食肉工房よしやすの焼肉コーナー等でレシピブックの配布を行った。



成果目標の達成状況

事業を通じて、子供たちのスポーツをする際の食事の摂り方や試合までのスケジュールに合わせた食生活への意識を高めたと考えられる。

保護者、指導者においては、レシピブックを活用し、釧路の食材で栄養バランスを整えた食事を取りジュニアアスリート達を心身ともに健やかに育てる環境作りに取り組み、アスリート食への認知を高めた。食品スーパーでレシピブックを配

	布することによって、アスリート食への認知度を高めるとともに、地元産食材の購買促進をした。
波及効果の達成状況	講座参加者の食生活への意識が変わることによって、その家族や、チームメイトの食事への意識が変わる。 参加した指導者が、自身のチームでの食について指導することによって、家庭へもさらに広がる。 また、レシピブックの活用により釧路産の食材への意識も高まり域内循環に繋がることが予想される。 さらに、釧路産のアスリート食が認知されることによりスポーツ合宿の誘致にも効果をうむと考えられる。
実施体制	NPO 法人東北北海道スポーツコミッション
連携した市担当課	有 (生涯学習部 スポーツ課)
連携した市担当課が果たした役割 (※有の場合)	学校へのMember+Over配布の協力 スポーツ団体へのレシピブック配布

2 支出決算書と支出内訳

(収入)

費目	決算額 (円)	内訳
輝くまちづくり交付金	200,000	
合 計	200,000	

(支出)

費目	決算額 (円)	内訳
対象経費		
印刷製本費	160,000	レシピブック 16 頁カラー500 冊
委託料	40,000	レシピ開発 釧路短期大学山崎教授
小 計	200,000	
対象外経費		
小 計		
合 計	0	
	200,000	