

| 科目名                     | 内 容  | 時間数  |
|-------------------------|--|------|
| スポーツ栄養士に必要な基礎知識         | スポーツ栄養ベーシック講習会を受講(日本スポーツ栄養学会開催)  | 16.5 |
| スポーツ栄養士の役割              | 他分野から見た公認スポーツ栄養士の役割<br>スポーツ現場での公認スポーツ栄養士の役割  | 2    |
| スポーツ栄養<br>マネジメント        | スポーツ栄養マネジメントの理論<br>栄養教育・行動科学<br>身体計測 理論<br>身体計測 演習(ISAK)<br>生理・生化学検査、臨床診査 理論<br>食事調査 理論<br>食事調査 演習<br>消費エネルギー量の算定 理論<br>消費エネルギー量の算定 演習   | 12.5 |
| 栄養補給                    | エネルギー補給(糖質、脂質)<br>からだづくりとたんぱく質摂取<br>ビタミンとミネラル<br>サプリメントとエルゴジェニックエイド<br>水分補給  | 9    |
| スポーツ現場における<br>食環境整備     | スポーツ現場における給食管理<br>種目別・目的別・多様性を考慮した給食管理の立案  | 3    |
| 目的・対象者別<br>栄養管理         | エネルギー不足の理論(FAT含む)<br>エネルギー不足のケーススタディ(演習)<br>ウエイトコントロールの理論<br>ウエイトコントロールケーススタディ(演習)<br>貧血の栄養管理の理論<br>貧血の栄養管理のケーススタディ(演習)<br>試合前・中・後の栄養管理<br>遠征・合宿帯同に必要な基礎知識<br>ジュニアスポーツ選手の栄養管理(指導法) | 23   |
| スポーツ医学                  | アンチドーピング<br>内科的疾患(感染症、貧血、暑熱、アレルギーなど)<br>外科的疾患(リハビリ時)<br>障がい者スポーツ<br>ジェンダーを考慮したスポーツ障害   | 7.5  |
| エビデンス・ベースド・<br>ニュートリション | エビデンスの活用と公表の手順<br>プレゼンテーションスキル   | 3    |
| インターンシップと<br>成果発表       | 媒体作成<br>プレゼンテーション<br>栄養指導の実際<br>成果のまとめおよび発表  | 40   |