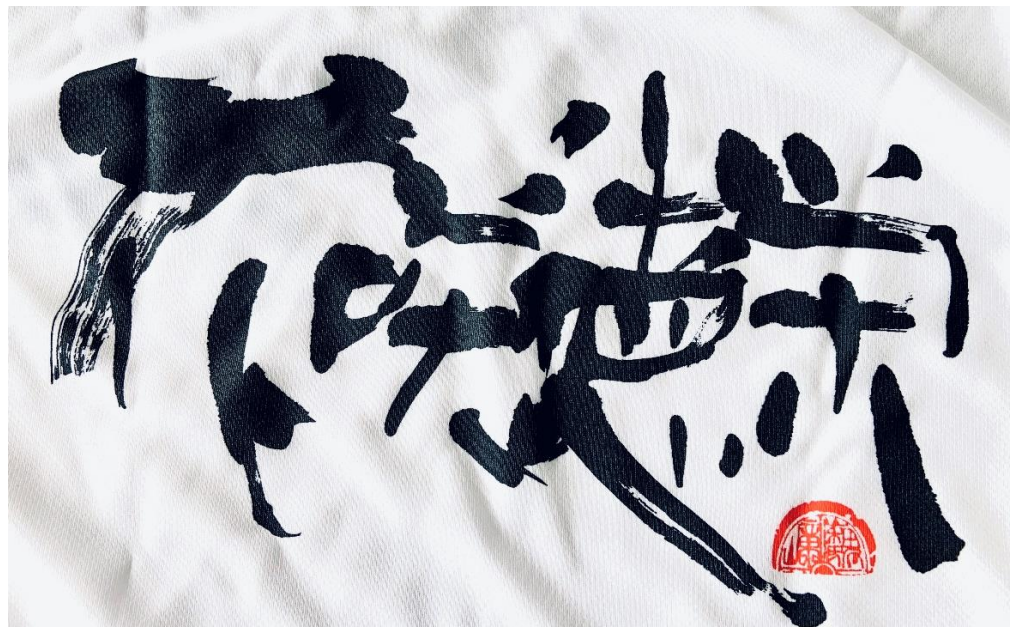


徳栄 ATHLETE News



花咲徳栄高等学校 × (株)ニッスイ × (財)日本スポーツ推進機構
(株)インボディ・ジャパン × (株)ダートフィッシュ・ジャパンとコラボ

今年度、花咲徳栄高等学校の運動部は、データに基づく部活動指導に重点を置いて活動しています。

技術指導では、動作分析ソフトウェア[映像から動作を比較・評価するソフトウェア・(株)DARTFISH]を導入し日常の指導や試合等に活かしています。大規模な導入は、全国の高等学校では初の試みになります。

体調管理の面では、本年度の初めに栄養学研修会[(株)ニッスイ]を顧問を対象に実施しました。研修会では、主にタンパク質についての研修がメインで、①タンパク質の役割、②タンパク質摂取と筋肉量の維持の関係、等良質なタンパク質を摂取することの重要性を学びました。研修会終了後には、顧問から部員にレクチャーをし身体作りを進めています。早速、研修会の翌日から、本校食堂で良質なタンパク質が入ったメニューが新たに追加されて運動部員が購入できるようになりました。

※食堂の追加メニュー(全て速筋タンパク質入り)

- ①フィッシュバーガー ②冷やしうどん(ちくわ天入り)
- ③魚肉ソーセージ ④コールスロー(かにかま入り)
- ⑤ガーリックライス(フィッシュフライ入り) 等

また、InBody[体水分量や筋肉量などを測定する高精度体成分分析装置・(株)インボディ・ジャパン]を導入し、日頃のトレーニングの成果や自分の身体を知ることが視覚的に意識できるようになっています。

これからも TOKUHARU ATHLETE は科学的に競技力向上を目指していきます。

花咲徳栄高等学校

<この件に関するお問い合わせ>

スポーツ・文化振興局 担当 濱野

mail:

hamano@hanasakitokuharu-h.ed.jp