

短報

高校校野球部員における栄養素摂取に関する 考察

松枝秀二¹⁾ 小野章史¹⁾ 内田郷子²⁾ 中田裕美³⁾

川崎医療福祉大学 医療技術学部 臨床栄養学科¹⁾

川崎医療短期大学 栄養科²⁾

株式会社ボンワール³⁾

1992-03-26 00:00:00+09受理

Some Nutritional Considerations in the High School Baseball Team

Shuji MATSUEDA¹⁾, Akifumi ONO¹⁾, Satoko UCHIDA²⁾ and and
Hiromi NAKATA³⁾

Department of Clinical Nutrition Faculty of Medical Professions Kurashiki, 701-01, Japan¹⁾

Department of Nutrition Kurashiki, 701-01, Japan²⁾

Hashima, Gifu, 500, Japan³⁾

(Accepted 1992-03-26 00:00:00+09)

Key words: nutrients intake, high school, baseball team

要約

高校生野球部員の食生活調査をおこなった。対象はレギュラークラス11名。調査期日は平成元年10月と12月に一週間づつおこなった。その結果、スポーツ選手としては摂取栄養素量は少なく、特に野菜類、乳類の摂取不足が顕著であった。エネルギー充足者では内容が蛋白質、脂質にかたよっていた。今回の調査から若年スポーツ競技者に対する食事指導の必要性が強く感じられた。