

第1回講座を実施しました

4月22日（金）14:00～14:45 会場：2年6組教室

講義・討議：「栄養と筋量の相関を調べるにあたって」

講師：名古屋文理大学健康生活学部 健康栄養学科助手 山木 克将 先生

「中高生の科学研究実践活動推進プログラム」は生徒自らが課題を見つけ、課題研究を実施することを支援する3か年のプログラムです。いきなり生徒に研究課題を見つけさせようとしても、いったい何をどのように研究するのかイメージできません。そこで、まず始めに「高校生の栄養摂取状況と筋量の相関」をテーマにあげ、研究を実践してみることにしました。



第1回講座は、まず山木先生から栄養についての基礎知識を簡単に説明していただきました。その後、食事



の摂取についてアンケートをとるときの質問項目を何にしたらよいか、6つのグループに分かれて話し合いました。生徒のアイデアを山木先生がまとめ、アンケートを作ってくださいことになりました。

食事調査の協力をお願いしました

5月3日（火）夕食～5月10日（火）昼食

サッカー部、ハンドボール部、陸上部、レスリング部、理科部、2年6組のみなさんに、1週間分の食事を写真で記録してもらいました。後日実施する筋量等のデータとアンケートの回答の内容などどのような関係がみられるか楽しみです。

筋量測定をしました

5月10日（火）、12日（木）16:00～ 会場：名古屋文理大学

第1回講座での討議の結果を反映したアンケートを山木先生に作成していただき、食事調査をしたみなさんに対して食生活に関するアンケートをとり、筋量、体脂肪、骨密度の測定をしました。



アンケートに回答(写真左) ▶
InBodyで筋量等の計測(右) ▶



今後の予定 第2回講座「データの分析方法」

校内発表会「昨年度の活動」

名古屋市科学館見学

名古屋文理大学研究室の活動体験