

スポーツに必要な食事について学ぶ！ 「出前講座」／「調理実習」 受講チーム大募集！

スポーツにおいて、トレーニングと同じくらい重要なのが「栄養補給」です。公認スポーツ栄養士を目指す管理栄養士が、あなたのチームの練習場所へお伺いし、今日から実践できる「食事のとり方」について、お話します！

SSPスポーツ医科学支援体制整備事業

対 象：中学・高校の運動部活動、社会体育に所属する生徒、指導者等

内 容：成長期のアスリートに必要な栄養と食事の基本、試合前・試合後の食事、補食の上手な取り入れ方 など ※ご要望により調整いたします。

所要時間：「出前講座」60分
「調理実習」180分（講義・説明60分、調理・試食120分）
＊いずれかをご希望ください。 ＊調理実習は最大20名まで

会 場：「出前講座」講演場所は、受講チームでご準備をお願いします。
「調理実習」佐賀メディカルセンタービル1階
西九州大学グループ健康支援センター
すこやかキッチンスタジオおよび多目的ルーム

募集チーム数：「出前講座」「調理実習」とともに2チームずつ

講 師：スポーツ栄養を学ぶ管理栄養士

派遣時期：令和8年10月～令和9年1月（日程はチームと相談の上、決定します）

費 用：無 料

申込み：右の二次元コードよりお申し込みください。

締切：第1次募集令和8年8月31日(月)
※応募多数の場合は抽選となります。

備考：実施後は、アンケートのご協力をお願いします。
「出前講座」は、プロジェクターや電子黒板などのご準備をお願いします。

問合せ先：公益社団法人佐賀県栄養士会

TEL:0952-26-2218 Mail:sagakeneiyoushikai@luck.ocn.ne.jp

