

平成 27 年度指導者のための健康・栄養セミナー 開催要項

1. 主旨

近年、生活習慣病の予防は国民の大きな関心事であり、栄養と運動を適切に組み合わせた指導は周知の事となりました。

また一方では、2020 年のオリンピック開催に向けスポーツ現場の競技者、監督、コーチ、トレーナー、球技団体より栄養サポートに対するニーズが高まっております。

日本代表といったトップアスリートからジュニア層、健康増進を目的としたスポーツ愛好家まで多様な層で競技者の栄養・食事に関する教育や食環境の整備が求められています。

そこで今年度は、栄養の専門職である管理栄養士・栄養士を対象に、「スポーツ栄養」にスポットを当て、スポーツ現場で実践に役立つ情報を提供するためにセミナーを開催いたします。

2. 主催 公益社団法人 福井県栄養士会、公益社団法人 日本栄養士会

3. 協賛 大塚製薬株式会社

4. 開催日時 平成 27 年 8 月 1 日(土) 13:00~17:00

5. 会場 国際交流会館 地下一階 多目的ホール

6. 内容

13:00~ 受付開始

13:30~15:00

「スポーツ栄養～糖質、たんぱく質摂取を考える～」

講師 神奈川県立保健福祉大学教授 鈴木志保子 先生

15:00~15:15

「水分補給について」

講師 大塚製薬株式会社

15:25~16:55

「スポーツ栄養マネジメントの活用」

講師 神奈川県立保健福祉大学教授 鈴木志保子 先生

7. 参加対象 管理栄養士、栄養士

8. 参加定員 100 名

9. 参加費 無料