

## 「スポーツ栄養に関する研修会」実施要項

- 1 目的：スポーツをする児童生徒に対し、個別の状況に応じた栄養管理や相談指導を行うことは、競技力や体力の向上を図るだけでなく、健全な発育を促すことにもつながります。そのため、今回の研修会を通して、スポーツ栄養の知識や食事・栄養指導の実践力を身につけ、児童生徒の競技力や体力の向上に貢献できる人材を育成することを目的とします。
- 2 主催：（公社）福井県栄養士会
- 3 日時：平成25年6月15日（土）13：00～17：50
- 4 場所：福井県済生会病院 東館3階 大研修室
- 5 講師：高崎健康福祉大学 教授 木村 典代 先生
- 6 内容：12：30 受付  
13：00 講義① エネルギー代謝を栄養学からみる  
（消費と供給システム、基礎代謝とメッツ、身体組成 等）  
14：30 休憩 10分  
14：40 講義② 体内における代謝  
（エネルギー源、からだづくり、ビタミンとミネラル/サプリメントの基礎 等）  
16：10 休憩 10分  
16：20 講義③ スポーツ食育  
（成長期のスポーツ食育、運動不足とやせ、食指導、  
スポーツに関わる栄養障害/貧血・摂食障害 等）  
17：50 終了  
※ 本研修は、福井県版スポーツ栄養士養成研修の一部です。  
※ 本研修は、本会が実施する生涯学習研修会の3単位に振替認定できます。
- 6 対象者：栄養士会員、栄養教諭、学校栄養職員、教員、部活動指導者、一般県民等  
先着 約100名
- 7 参加費：福井県栄養士会会員 3,000円  
非 会 員 9,000円  
（生涯学習の受講料 1単位あたり 会員：1,000円、非会員：3,000円）  
※ 資料代として、当日受付にてお支払いいただきます。  
※ 福井県版スポーツ栄養士養成研修の受講生は、養成研修としての受講になりますので、本研修会としての参加費は徴収いたしません。
- 8 参加申込：別紙申込書に記入の上、（公社）福井県栄養士会あてにFAXまたは郵送  
申込締切 平成25年6月7日（金）