



SEITOKU

聖徳大学 食に関する講演会



11月3日 土

13:00~14:30

食とスポーツで健康を育てる

—北海道日本ハムファイターズの栄養サポートを例に—

講師：柄澤 紀 先生

(日本ハム株式会社中央研究所 管理栄養士)

講演概要

スポーツにおいて食事は、選手の競技力向上、競技・練習中の障害予防、良好なコンディション維持・向上のために、欠かすことのできない要素です。

本講演では、日本ハムファイターズで栄養サポートを担当されている柄澤先生から、選手へのサポート例とともに食事例を紹介いただき、スポーツ現場での栄養士の仕事、またスポーツにおける食事について考えます。

講師紹介



【略歴】

昭和女子大学大学院生活機構研究科修士課程修了。2003年日本ハム(株)入社。2006年北海道日本ハムファイターズの栄養サポートを担当。2007年ファイターズ専任管理栄養士となる。選手育成の一環として栄養教育を行い、チームの躍進を支えている。

【著書】

『野球少年の食事バイブル』女子栄養大学出版(2010)
『北海道日本ハムファイターズの寮ごはん』宝島社(2011)

会場：聖徳大学1号館 1219教室

(JR常磐線・新京成線「松戸駅」下車、東口徒歩5分)

定員：200名 (申込不要・入退場自由)

主催：聖徳大学人間栄養学部

共催：社団法人日本フードスペシャリスト協会

後援：松戸市教育委員会、市川市教育委員会、

柏市教育委員会、取手市教育委員会

参加費
無料

お問い合わせ >>>

聖徳大学知財戦略課

〒271-8555 千葉県松戸市岩瀬 550

047-365-1111(大代)

アクセス

JR常磐線・JR乗り入れ地下鉄千代田線・新京成線
「松戸駅」下車東口徒歩5分

★公共交通機関をご利用いただき、お車でのご来校はご遠慮ください

