

平成29年度
渋川市体育協会スポーツ医科学講演会を開催しました。

日 時 平成30年 2月 6日

会 場 渋川市役所本庁舎 大会議室

講 師 野口 泰子 氏 (管理栄養士)

演 題 『スポーツ栄養学』

テーマ 「食育」食事のチカラを味方に、強いカラダづくり

講演会には、渋川市体育協会指導者や一般スポーツ指導実践者等96名の参加があり、健康維持やスポーツをする上で必要な栄養摂取について講演をしていただきました。難しく考えがちな栄養学を、目標を立てた健康管理として日常生活に取り入れやすく解説していただいたので、参加者からはたいへん分かりやすく勉強になったという感想が多くありました。

