

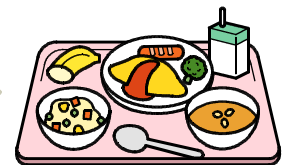
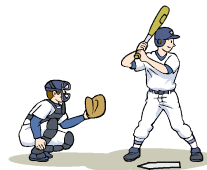
# 食育講演会のお知らせ

日時:平成29年5月27日土曜日 11時40分～12時30分

場所:京都市立嵯峨中学校 体育館

講師:海老久美子先生

テーマ:成長期における食生活(仮題)



## 海老久美子先生プロフィール

立命館大学スポーツ健康科学部・同研究科 教授

博士(栄養学)。公認スポーツ栄養士。管理栄養士。

2006年国立スポーツ科学センタースポーツ医学研究部契約研究員。

2010年より現職。NPO法人日本スポーツ栄養学会副会長。

(一財)全日本野球協会選手強化委員会医科学部会委員。

2014・2015年度文部科学省「スーパー食育スクール(SSS)」に指定された立命館守山高校で食育のサポート等も実施。著書に『野球食』『アスリートのための食トレ』『女子部活食』など



5月27日の休日参観の日に、食育講演会があります。海老先生は、スポーツ栄養士として、食の大切さを訴え続けておられます。**強い体を作るには、動いた分だけ休養と栄養をとるのが大事**という考えを根付かせるために、実際に高校の野球部の栄養サポートをされたり講演会をされたり本を出したりしておられます。27日の講演会では、育ち盛りの中高生がつけるべき食の力について、わかりやすくお話していただきます。生徒のみなさんは授業として講演会を聞きますが、保護者の皆様もご参加いただけますので、ぜひお越し下さい。



●「海老先生が来て下さる!!??」ということを知ったとき、どれだけビックリしたことか～。すごいです！って思いました。●私はこれまで4回くらいお話を聞いたのですが、そのどれもがショッキング！おもしろくてためになって全部中学生に伝えたいような内容でした。今回の講演は時間が短くて、あっというまに終わると思います。絶対聞き逃しちゃだめですよ～。メモしまくってください。●海老先生のお話が聞けるなんて、みなさん、とってもラッキーです。この機会に、食と体、スポーツの関係にもっともっと興味を持ってください。そして、しっかりした体作りをしていきましょう～！