

スポーツと栄養

～運動前後の食事のポイントと
スポーツ選手の栄養を
事例を通して学ぶ～



開催日時

1/28 (日)

9:30～12:00

(9:00～受付)



食育や
健康づくりのために
運動する方にも！

場 所：千葉県総合スポーツセンター内
スポーツ科学センター3階 第一研修室

講 師：管理栄養士 長島 洋介 氏
武蔵丘短期大学 健康生活学科
健康栄養専攻 スポーツ栄養学研究室

定 員：50名 (先着順)

参 加 費：500円 (当日支払)

募 集 期 間：12月17日(日)～1月26日(金)

問 い 合 わ せ：千葉県総合スポーツセンター
千葉市稲毛区天台町323
TEL043-290-8501 担当 河田

健康づくりや競技スポーツにおいて、
効果的な食事・運動方法を探求している
長島先生をお迎えし、事例と実践を交え、
わかりやすく教えます！！

お申し込みは左記お問い合わせまで

健康づくり県民講座 申込用紙

プライバシーポリシー

ご記入いただいた個人情報は厳正な管理の上、主催者側の事務処理に関する手続き、講座の運営に関わる資料作成に使用いたします。
なお、個人情報は、関連法令により認められた場合を除き、各位の事前の承諾なしに第三者に提供することはありません。

ふりがな			性別	年齢
氏名			男・女	満 歳
お住まいの地域	千葉市	中央区・稲毛区・花見川区・若葉区・緑区・美浜区		
	千葉市以外	市・郡		
連絡先	TEL	—	—	
	Mail	@		
※未登録の方で、次回の健康づくり県民講座のご案内を希望される方				

事務局使用欄

受付日時	受付番号	受付者	受け付け対応 ①窓口 ②TR ③TEL/FAX/はがき
------	------	-----	--------------------------------

【申込み方法】

申込み・問合わせ時間 9時～17時 月曜休所

- ① 事務所窓口申込み…スポーツ科学センター2階受付
- ② 電話申込み
- ③ はがき又はFAXで申込み



記載内容 講座名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号

※ファックス、はがきでお申込みの方には後日確認の電話を差し上げます。

【申込み先・問合わせ】

千葉県総合スポーツセンター

〒263-0011 千葉市稲毛区天台町323番地

TEL 043-290-8501 FAX 043-207-1021

事業運営担当 河田

主催 千葉県総合スポーツセンター指定管理者 千葉県体育協会・まちづくり公社グループ