

栄養講習会（第一回）

1. 開催日時

2021年3月21日（日）16時～17時

16:00 開始のご挨拶、講師紹介

16:05 ご講演～（Q&A方式）

16:55 質疑応答 17:00 終了

栄養士の先生とチャットで
お話ししながら行います

2. 内容：食事の必要性（テーマ別に複数回を予定）

3. 対象：バスケットボール選手（小・中学生）とその保護者様

4. 講師：山本真規子氏

<講師ご略歴>

三重県出身

名古屋短期大学付属高等学校（現桜花学園）卒業→三菱電機コアラーズ（バスケットボールチーム）→

女子栄養大学短期大学部卒業→株式会社 LEOC

5. 参加費：無料

6. 募集人数：40名 3月21日（日）にご参加を希望される方の募集となります

7. 応募方法

（1）下記 URL より事前登録をお願いします。

<https://zoom.us/meeting/register/tJEIde-hrzwrHtXTb5hvHv4R8qiV0HzwxfSc>

ご連絡：前日に事務局から、参加用 URL をメールでご案内いたします。

8. 事前準備について（ZOOM を使用し実施しますのでご準備をお願いします）

（1）必要なデバイス：パソコン、タブレット、スマートフォンのいずれか。

※タブレット、スマートフォンでご参加の場合、AppStore ストアか Google Play で「Zoom Cloud Meetings」を検索し、事前に ZOOM アプリをインストールしてください。

（2）推奨通信環境

通信費用については参加者負担になりますので、Wi-Fi に接続しない場合は通信容量に関するご自身の契約をご確認の上、ご参加ください。

ENEOS バスケットボールクリニック事務局より

成長期（小学生・中学生）の選手の皆さん、そして選手たちを一番近くで応援しサポートしてくださっている保護者の皆様向けに栄養講習会を実施いたします。4月以降は別途[ホームページ上](#)でご案内いたします（全5回を予定）

実施内容（予定） 内容を変更する場合もございます。

第1回：食事の必要性（今回）

第2回：継続した食事摂取が大切な理由（4月）

第3回：試合前後の食事で気をつけること（7月）

第4回：貧血・骨折など食事のできる障害予防（10月）

第5回：外食・遠征時の食事の選び方（1月）