

栄養講習会（第5回）

1. 開催日時

2021年7月17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：外食・遠征時の食事の選び方

3. 対象：バスケットボール選手（小・中学生）とその保護者様 ※おひとり様でもご参加いただけます

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

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/tJclf-CgqDwiHdQI8SE3cxljB2SjgTVp9y-f>

ご連絡：開催日前日に事務局から、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。おひとりでも参加可能ですので奮ってご参加ください。

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（終了）

第2回：継続した食事摂取が大切な理由（終了）

第3回：試合前後の食事で気をつけること（終了）

第4回：貧血・骨折など食事のできる障害予防（終了）

第5回：外食・遠征時の食事の選び方（今回）