

主催：藤沢市

共催：NPO 法人 湘南栄養指導センター  
東京ガス(株) 神奈川西支店

「NPO 法人  
湘南栄養指導センター  
ホームページ」



ワンランク上の  
スपोर्ट्स選手に  
なるためのプロと  
栄養のプラと  
食事を  
学ぼう。

東京2020  
参画プログラム  
公認プログラム認証事業

# ジュニアのための スポーツ栄養講座

～めざせ東京2020  
オリンピック・パラリンピック  
競技大会～

## 場所

F プレイス  
(藤沢公民館)

藤沢市本町1丁目12-17

- (1) 理論編 : 307 会議室
- (2) 実践編 : 5F 調理室

講師

鈴木佳子

管理栄養士  
公認スポーツ栄養士  
健康運動指導士



受付期間までに裏面の項目を記載し FAX  
またはメールにてお申し込みください。

- (1) 1/30(木)～2/14(金) 必着
- (2) 1/30(木)～3/18(水) 必着

## (1) 理論編 Basic

『成長期の  
食生活や補食、  
水分補給について』

※ミニ実習、ボッチャ体験あり

2月29(土)  
14:30～16:30

定員:30名 ※先着順

参加費:500円

対象:スポーツと栄養  
に興味のある  
中学生以上  
の方

## (2) 実践編

『調理実習』

3月29日(日)  
10:00～13:30

定員:16名 ※先着順

参加費:1000円

対象:スポーツと栄養に  
興味のある  
中学生以上  
の方

申し込み・問い合わせ

藤沢市生涯学習部  
スポーツ推進課

TEL:0466-50-8243

FAX:0466-50-8433

e-mail:

fj-sports@city.fujisawa.lg.jp

〒251-8601

藤沢市朝日町1番地の1 本庁舎8階

公認プログラム  
スポーツ・健康

