

ふくしま県産食肉応援事業

# スポーツ選手は肉を食え! 勝てるアスリートの食事学

## ◆第1部 午後2時～

講演 公立藤田総合病院栄養管理室長  
日本体育協会公認スポーツ栄養士 山崎 有理子 氏  
『お肉の効能と栄養～効率のいい食べ方～』

## ◆第2部 午後3時～

トークショー  
『スポーツ選手は肉を食え!勝てるアスリートの食事学』

公立藤田総合病院栄養管理室長  
日本体育協会公認スポーツ栄養士

山崎 有理子 氏

元WBC日本代表  
現福島ホープス球団代表兼監督兼選手

岩村 明憲 氏

サッカー日本代表帯同シェフ  
広野町レストラン「アルバイノローズ」シェフ

西 芳照 氏

郡山市  
スポーツ推進審議会委員

飯島 成一 氏

日々の生活やトレーニングを支える強いカラダをつくるためには、必要な栄養素を考えた食事が不可欠です。お肉は成長はもちろん、より強いカラダづくりのために欠かせない栄養の宝庫。そんなお肉の栄養と効能について理解を深めていただくようセミナーを開講いたします。受講は無料です。お気軽にご参加ください。



山崎有理子 氏

公立藤田総合病院栄養管理室長  
日本体育協会公認スポーツ栄養士



岩村明憲 氏

元WBC日本代表  
現福島ホープス球団代表兼監督兼選手



西芳照 氏

サッカー日本代表帯同シェフ  
広野町レストラン  
「アルバイノローズ」シェフ

開催日時 平成28年12月10日(土)

午後2時～午後4時(休憩あり)

会場 郡山市市民交流プラザ(ビッグアイ6F)

郡山市駅前2丁目11-1

- 受講料: 無料
- 定員: 200名 ※事前申し込みをされた方には後日、受講証を発送致します。当日入場可。

- 申し込み/郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、はがき・FAX・メールでお申し込みください。(複数でお申し込みの場合は、代表者様の連絡先と参加人数を明記ください。)

● 申し込み先・問い合わせ

〒963-8025

郡山市桑野2-37-24

株式会社民報アド

「ふくしま県産食肉応援事業」係

電話 024(921)1130

FAX 024(536)2066

E-mail info@minpo-ad.net

受付 平日午前9時～午後5時

主催 福島県食肉生活衛生同業組合

【主管】郡山食肉商組合 【後援】福島県・郡山市・郡山市体育協会・郡山商工会議所・福島民報社・福島民友新聞社・NHK福島放送局・福島テレビ・福島中央テレビ・福島放送・テレビユー福島・ラジオ福島・ふくしまFM・福島県民球団