キッズアスリートのための栄養学

プロから教わる必勝法！

あなたもフードコーチに！

スポーツに打ち込むお子さまをお持ちの保護者の方へ向けて、**強い体を作るための食事法や試合の前後の栄養摂取方法**などを講義と調理実習を通して学んでいただきます。

これで試合に勝てること間違いなし！？

9/30 mon. 11:00～14:00

日本橋社会教育会館

参加費/ 2,300円 ※材料費・保険料込み

対　象/ 18歳以上

定　員/ 20名 ※申し込み多数の場合は抽選

応募締め切り　9/16（月）

※本講座では豚肉・りんご・大豆・小麦・卵・乳を使用します

大島 夕佳　おおしま　ゆか
(有)Office LAC-U　栄養士・調理士

～ 講師 Profile ～

2009年より、法政大学重量挙部の栄養サポートを担当。
なごころ保育園・東海大学付属仰星高等学校ラグビー部の献立作成。中央大学では、学生・教員への栄養指導を行う。
杉並区保健所の委託事業として、「ヘルシーメニュー推奨店事業」を担当し、飲食店に対して健康的な食環境づくりの啓蒙活動も行っている。

お問い合わせ・お申込み先

令和元年度自主講座
中央区立日本橋社会教育会館主催

日本橋社会教育会館
〒103-0013　中央区日本橋人形町1-1-17
tel:03-3669-2102 fax:03-3669-2720

■ お申し込みから開講までの流れ

お電話、ＦＡＸよりお申し込みください

９月１６日（月）　お申し込み締め切り、お申し込み多数の場合には抽選

９月１７日（火）　受講証の発送

９月１８～２０日ころ　受講証（当落通知）がお手元に届きます

※９月２７日（金）以降のキャンセルはキャンセル料として、受講料の全額を徴収させていただきます。キャンセル料をお支払いいただいても、食品衛生上、材料および完成した料理はお持ち帰りいただけません。あらかじめご了承ください。

講座当日の持ち物

□受講証　□参加費　□筆記用具　□エプロン　□三角巾
□手拭きタオル

■ お申し込み・お問合わせ先 / 会場アクセス

日本橋社会教育会館（会場：B2 料理教室）
〒103-0013　中央区日本橋人形町 1-1-17
電話　03-3669-2102
FAX　03-3669-2720
ＨＰ　https://chuo-shakyo.shopro.co.jp

※築地／月島社会教育会館、アートはるみでもお申込みいただけます。

＜会場アクセス（地下鉄）＞　※都バス、江戸バスも利用可
●人 形 町　徒歩約４分　浅草線（A6）、日比谷線（A2）
●水天宮前　徒歩約５分　半蔵門線（8）

日本橋社会教育会館 宛

ＦＡＸ：０３－３６６９－２７２０

キッズアスリートのための栄養学　参加申込書　※はっきりとご記入ください

お 名 前	ふりがな
ご 住 所	〒 ※中央区外在住の方はいずれかに☑をお願いします→□中央区在勤　□中央区在学　□どちらでもない
電話番号	
メ　　モ	※食品アレルギーをお持ちの方など、ご心配な点・ご質問はこちらにご記入ください。

個人情報の取り扱いについて
講座お申し込み時に収集した個人情報について、個人情報の漏えい・流出・不正利用がないよう適正な管理を行い、当館（中央区社会教育会館）が主催する事業以外には使用しません。また当館が主催する講座や催し物等のご案内をお送りする場合があります。不要な方はお申し出ください。