

# 食のトレーニングは 先手必勝

## ジュニアアスリートの 食べ方・飲み方

**日時** 2012.9.29 (土) 10:15~12:45 (受付10:00~)  
**場所** 大阪ガスショールーム 生活誕生館 ディリパ  
**対象** ジュニアアスリート育成関係者 (小・中学生の指導者・保護者)  
**定員** 100名 (先着順) **申込方法** FAX・インターネット (裏面参照)



### ミニセミナー

10:15~

## 「成長期にあるアスリートの 栄養と食事」

**講師** 海老久美子 (立命館大学スポーツ健康科学部教授)



### プロフィール

管理栄養士、博士 (栄養学)。全日本アマチュア野球連盟選手強化部医科学委員。JOC強化スタッフ (硬式野球・医科学スタッフ)。高校球児を中心に、ジュニアアスリートに特化した食事教育・栄養サポートを展開。北京オリンピックでは、国立スポーツ科学センター (JISS) スポーツ医学研究部研究員として、現地食環境調査、JOC強化指定選手の栄養サポートを担当。

### パネルディスカッション

10:45~

## 「ジュニアアスリートの食を考える」

### パネリスト



カヌー選手  
アテネ・北京五輪出場  
(アスリートネットワーク)

鈴木 祐美子様



2010年全国大会優勝・  
世界大会3位入賞  
立命館大学  
スポーツ健康科学部在学  
女子相撲選手

山中 未久さん



前彦根東高等学校  
野球部監督  
食とスポーツを  
育む会代表

今井 義尚先生

**司会** 海老久美子

12:15~

ディリパ館内ツアー (希望者のみ)

最新のガス機器をご紹介します!  
実際に見て、触れて、体感いただけます。

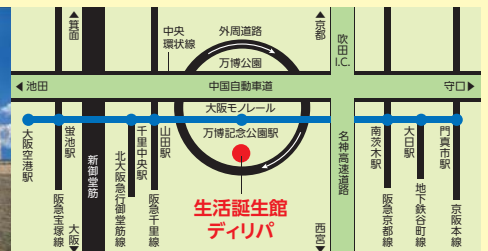
### 会場へのアクセス

## 生活誕生館 ディリパ

吹田市千里万博公園1-1 TEL:06-6878-8061

大阪モノレール<万博記念公園>駅徒歩すぐ  
大阪モノレールへは、  
・北大阪急行 (御堂筋線) 千里中央駅  
・阪急千里線山田駅・阪急京都線南茨木駅・阪急宝塚線蛸池駅  
・地下鉄谷町線大日駅・京阪本線門真駅で乗り換え

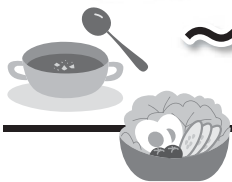
※週末は混雑することがございますので、公共交通機関をご利用ください。



▶ イベント参加申込方法は裏面をご覧ください。事前申込が必要です (先着100名)。 **申込み締切** 2012年 9/24 (月)

# 食のトレーニングは先手必勝

～ジュニアアスリートの食べ方・飲み方～



先着100名  
申込み締切  
2012年  
9/24日

## 参加申し込み方法

FAX、またはインターネットのいずれかの方法にてお申し込み下さい。  
FAXの方は下記のフォームにご記入の上、宛先までお送りください。

※定員を超えるなど、ご予約を受け付けられなかった時のみ原則メールにてこちらからご連絡いたします。

**FAX**

※当日は参加者の証明として、本参加申し込みフォームをお持ちください。

## FAX 参加申し込み書

(2名以上のグループでご参加の方は、人数とお名前をご記入ください。)

宛先

立命館大学 スポーツ健康科学部事務室

FAX番号

**077-561-3761**

お名前(代表者)			参加人数	人
性別(○をつけて下さい)	男 ・ 女	ご職業		
ご住所				
TEL/E-mail アドレス	—	—	@	
参加者名(代表者除く)				

**インターネット**

スポーツ健康科学部ホームページ

URL: [http://www.ritsumeiji.jp/shs/index\\_j.html](http://www.ritsumeiji.jp/shs/index_j.html)

立命 スポーツ健康

検索

## お問い合わせ先

立命館大学スポーツ健康科学部 TEL 077-561-3760