

スポーツ栄養学 から学ぶ

カラダ応援セミナー #栄養の子カラ

小学生編限定！
キウイフルーツを
プレゼント
(上限あり)

日時
第1回 (大人編) 8月 2日 土
第2回 (小学生編) 9月20日 土
第3回 (中学生編) 10月19日 日
第4回 (高校生編・総集編) 12月14日 日
各回 午前10時～

場所
二本松文化センター 研修室

内容
・県認定スポーツ栄養士の話
…カラダづくりのための食事や栄養補給、熱中症と栄養、
消費と摂取のバランス、休養と食事の関係 など
・適塩みそ汁体験



申込・詳細はこちら



お問合せ

0243-62-7067

spo-suishin@city.nihonmatsu.lg.jp

二本松市教育委員会生涯学習課スポーツ推進係