

<プログラム>

- 1時間目「食の基礎知識 - 競技力向上のベースとなる心とからだづくり-」
 2時間目「アスリートの食事 - 食べる！喜ぶ！ アスリートメニュー・レシピ」
 3時間目「毎日の食卓に、スポーツ栄養を」（お弁当&調理デモンストレーション/レシピのご提供）
 4時間目「実践！試合前・中・後の食事 - 勝利に近づくために-」
 5時間目「熱中症の予防 - リスクを回避する、正しい水分補給法を学ぶ-」

<講師>

開催日	開催エリア	時間	講師名	所属
8/20(土)	北海道	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	関根 豊子	株式会社LEOC
		4時間目	小清水 孝子	大妻女子大学 教授
		5時間目	橋本 玲子	株式会社Food Connection 代表取締役
8/24(水)	静岡	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	関根 豊子	株式会社LEOC
		4時間目	大畑 好美	森永製菓株式会社
		5時間目	こばた てるみ	株式会社しよくスポーツ 代表取締役
8/27(土)	滋賀	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	関根 豊子	株式会社LEOC
		4時間目	海老 久美子	立命館大学 教授
		5時間目	こばた てるみ	株式会社しよくスポーツ 代表取締役
8/28(日)	愛媛	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	関根 豊子	株式会社LEOC
		4時間目	銅城 順子	公益財団法人大分県地域成人病検診センター
		5時間目	橋本 玲子	株式会社Food Connection 代表取締役
9/1(木)	長野	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	高橋 文子	エームサービス株式会社
		4時間目	藤森 陽子	株式会社やまびこスケートの森
		5時間目	こばた てるみ	株式会社しよくスポーツ 代表取締役
9/2(金)	東京①	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	高橋 文子	エームサービス株式会社
		4時間目	大畑 好美	森永製菓株式会社
		5時間目	橋本 玲子	株式会社Food Connection 代表取締役
9/4(日)	新潟	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	中村 みどり	シダックス株式会社
		4時間目	小清水 孝子	大妻女子大学 教授
		5時間目	橋本 玲子	株式会社Food Connection 代表取締役
9/11(日)	福井	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	高橋 文子	エームサービス株式会社
		4時間目	海老 久美子	立命館大学 教授
		5時間目	こばた てるみ	株式会社しよくスポーツ 代表取締役
1/29(日)	大阪	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	高橋 文子	エームサービス株式会社
		4時間目	海老 久美子	立命館大学 教授
		5時間目	吉岡 美子	青森県立保健大学 教授
2/10(金)	東京②	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	関根 豊子	株式会社LEOC
		4時間目	高梨 淳子	株式会社明治
		5時間目	こばた てるみ	株式会社しよくスポーツ 代表取締役
2/19(日)	岩手	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	中村 みどり	シダックス株式会社
		4時間目	高梨 淳子	株式会社明治
		5時間目	吉岡 美子	青森県立保健大学 教授
2/26(日)	福岡	1時間目	鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学 教授
		2・3時間目	中村 みどり	シダックス株式会社
		4時間目	小清水 孝子	大妻女子大学 教授
		5時間目	銅城 順子	公益財団法人大分県地域成人病検診センター