

青年期の

食事とスポーツ



栄養セミナー



食事管理…

親だけの努力で大丈夫？

食事
と
成長

栄養
の
取り方

栄養
バランス

青年期の
食事の量

栄養摂取
の大事な
ポイント

【日時】 2025年12月6日(土)20:00-20:50

【場所】 ZOOM 【参加費】 無料

【定員】 なし 【対象】 中学生/保護者/指導員



佐藤 彩香

管理栄養士として独立。千葉ジェッツの専属栄養士として活躍中。プロアスリートからスポーツキッズ、保護者向けに栄養サポートやセミナーも実施している。
資格：管理栄養士、睡眠健康指導士、予防医学士

問い合わせ先

株式会社オークスベストフィットネス
部活動地域移行運営事務局

担当者/☐

臼井洋介/辻兼一
yosuke.usui@phi.co.jp

参加申し込み
フォーム

