



飯山市
プレスリリース

飯山市役所 総務部 事業戦略課 情報政策係
住所：飯山市大字飯山1110-1
Tel：0269-67-0724（課代表） Fax：0269-62-5990
E-mail：senryaku@city.iiyama.nagano.jp

令和6年（2024年）4月11日発信

報道関係者 各位

飯山雪国大学子育てセミナー

「食のチカラ～頭で食べて強くなる～」開催

飯山雪国大学では、スポーツのパフォーマンスを上げる食事について学ぶため、「食のチカラ～頭で食べて強くなる～」と題して、講演会を開催します。

- （1） 日時 令和6年（2024年）5月2日（木）午後6時30分～午後8時
- （2） 場所 飯山市公民館 講堂
- （3） 講師 ㈱オフィス田中マネージャー
管理栄養士・日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士
高橋和子先生

詳細は添付のチラシをご覧ください。

<担当課>

飯山市 文化振興部 市民学習支援課
（課長）田中 良則 （担当者）武田 美桜
住所：飯山市大字飯山1436-1
電話：0269-62-3342
ファクシミリ：0269-62-5940
電子メール：kouminkan@city.iiyama.nagano.jp

飯山雪国大学子育てセミナー

食のチカラ

～頭で食べて強くなる～

パフォーマンスを最大限に上げるために「何を、いつ、どれだけ、どのように摂取したらよいか」スポーツ栄養学の観点から効果的な体づくりを学びます。

講座内容

 **5月2日（木） 18:30～20:00**

講師

(株)オフィス田中マネージャー

管理栄養士・日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士

高橋和子先生


場所

飯山市公民館 講堂

対象

どなたでもご参加いただけます。

(小学校5年生以上、中・高生の方は、保護者と一緒にご参加ください。)

 持ち物

筆記用具

※参加希望の方は事前にお申込ください

申込締切 4月24日（水）



お申込先

飯山市公民館

TEL **0269-62-3342**

こちらのQRコードから
もお申込いただけます

→

