

—[ 天草市スポーツコミッション ]—

# スポーツ栄養学 講習会



開催日  
**2025年  
3/20**  
木・祝

時間

講義① 9:15～10:30 (受付9:00～)

会場

講義② 11:00～13:00 (受付10:45～)

複合施設ここらす 会議室

定員

各70名 (先着順)

参加無料

## 内容／対象

### 講義①

今こそ知ってほしい！  
小中学生のためのスポーツ栄養学

【対象】

- ・市内の小学校高学年～中学生
- ※保護者・指導者も参加可

9:15～10:30



株式会社KAGO食スポーツ 取締役

講師 **長島 未央子 氏**

〔講師紹介〕

天草市出身。天草高校卒業後、短期大学の食物栄養専攻科に進学。その後病院等で栄養士として実務を経験し、管理栄養士を取得。同時期に鹿屋体育大学に編入学。同大学院修士課程を経て2007年から鹿屋体育大学で教員として在籍（令和3年度退職）。現在、日本スポーツ栄養学会評議員、鹿児島県体育協会医科学委員等を務める。2016年9月に株式会社KAGO食スポーツを立ち上げ、現職。  
管理栄養士、公認スポーツ栄養士、博士（体育学）

### 講義②

何をいつ食べたらい？  
普段のトレーニングにおける補食計画を作成しよう！

【対象】

- ・市内小中学生の保護者
- ・スポーツ指導者
- ・その他の参加希望者

※ 演習形式

※ お子様のスケジュールに沿った補食の  
摂取計画と一緒に作成します。

11:00～13:00

お申込みはこちら

右記の二次元コードからお申し込みください。

申込期限 **3月14日（金）**



天草市スポーツコミッション

〒863-0001 天草市本渡町広瀬5-113  
あましんスタジアム管理事務所内

**TEL0969-24-8858**

天草市スポーツ栄養学講習会

検索

