

高崎健康福祉大学 健康福祉学部 健康栄養学科

広げる未来プロジェクト（高大連携事業）

スポーツ栄養で パフォーマンスを高める！

本プログラムでは「スポーツ栄養」を学び、競技力を向上させる方法を体験します。前半は教員が分野の概要を説明し、続いて大学4年生がスポーツ選手のからだづくりに必要な栄養素や食事の基本を解説します。女子ソフトボール部や陸上部、サッカー部を実際にサポート中の大学生とともに、アスリートのからだづくりを支える食事を一緒に考えましょう。スポーツを頑張る高校生やスポーツ栄養に興味をもっている皆さんの参加をお待ちしています。

- **日時：令和8年7月23日（木） 13：00～14：30**
- **場所：1号館3階 第1臨床栄養実習室**
- **定員：30名**



高崎駅東口より、
大学行きスクールバスが
12時30分に発車いたします。

お申込は右記の二次元バーコード
またはURLからお願いします。
〈締切：7月15日（水）〉



<https://forms.gle/FRUQwKXSERuszkzE6>

皆様のご参加お待ちしております♪

申し込みに関するお問い合わせ
高崎健康福祉大学 健康栄養学科
担当：大家・猪俣
TEL：027-352-1290
Mail：inomata@takasaki-u.ac.jp

