



報道機関 各位

記者発表資料

令和3年2月18日（木）

問い合わせ先：スポーツ政策室

室長：高橋

担当：鈴木、羽島

電話：829-1737

内線：2244

【さいたまスポーツシュール事業】

JFA なでしこひろば in スマイルプロジェクト 2020

スポーツセミナー（WEBセミナー）を開催します

本市が主催する「スマイルプロジェクト」の一環として、成長期の中学生等に対して、栄養管理等の助言・指導を行うセミナーを開催します。

- 1 配信期間 令和3年2月20日（土） ～ 令和3年3月28日（日）
- 2 開催方法 WEBセミナー
- 3 講師 大塚製薬株式会社 「さいたまスポーツシュール連携協定」締結企業
ニュートラシューティカルズ事業部
学術部 管理栄養士
松沢 玲子氏
- 4 内容 成長期におけるスポーツ活動に必要な栄養について
 - 1 カラダづくりに必要な栄養素
 - 2 栄養バランス・必要摂取量
 - 3 成長期における注意点
 - 4 試合前・当日の食べ方、1日のタイムテーブル
 - 5 補給のベストタイミング
- 5 申込方法 申込サイト（<https://forms.gle/FnPMqHkyeqRtvtXx9>）より申込
申込確認後、申込アドレスにセミナー特設URL/パスワード等を送信



配信期間：2021年2月20日～3月28日



JFA なでしこびろば

⑩スマイルプロジェクト 2020 スポーツセミナー

スマイルプロジェクトは、女子中学生が気軽にサッカーを楽しむことができる場を増やしていくことを目的としたさいたま市の女子サッカー活性化事業。この活動の一環として成長期の中学生等に対して栄養管理等の助言・指導を行うセミナーを開催します。

| | |
|--|---|
| 講師：大塚製薬株式会社 ニュートラシューティカルズ事業部 学術部 管理栄養士 松沢玲子氏 職歴)2006年4月～杉並保健所 2012年9月～日本栄養士会 2015年9月～現職 | テーマ：成長期におけるスポーツ活動に必要な栄養について 内容：1 カラダづくりに必要な栄養素 2 栄養バランス・必要摂取量 3 成長期における注意点 4 試合前・当日の食べ方、1日のタイムテーブル 5 補給のベストタイミング |
|--|---|

| | |
|------|---|
| 開催概要 | |
| 開催方法 | WEBセミナー |
| 対象 | スマイルプロジェクト参加者・サッカー関係者等 |
| 費用 | 無料 |
| 配信期間 | 2021年2月20日(土)～3月28日(日) |
| 申込方法 | 申込サイト(https://forms.gle/FnPMqHkyeqRtvtXx9)にてお申し込みください。 申込確認後に、申込アドレスにセミナー特設URL/パスワード等を送信いたします。 |
| 主催 | さいたま市 |
| 主管 | 一般社団法人さいたまスポーツコミッション、さいたま市サッカー協会 |
| 協力 | 大塚製薬株式会社 公益財団法人日本サッカー協会、公益財団法人埼玉県サッカー協会 浦和レッドダイヤモンズ、大宮アルディージャ |

申込QR



| | |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| 問い合わせ | |
| スマイルプロジェクト事務局 ((一社)さいたまスポーツコミッション内) | |
| 住所 | さいたま市浦和区仲町4-2-20 エコ計画浦和ビル2F |
| 電話 | 048-762-8334(9:00～17:45 土・日・祝休み) |
| FAX | 048-762-8474 |
| E-mail | smileproject@saitamasc.jp |

