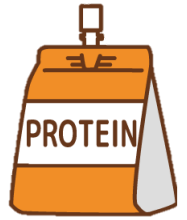


『イマドキのたんぱく質事情と スポーツ栄養』



「某30分フィットネスで勧められるプロテインってどうなん？」
「健康のために必要なたんぱく質摂取量って？ 具体的にどんだけ？」
「成長期のお子さんに必要なたんぱく質量って？」
「部活でコーチにプロテイン摂取しろと言われたけど・・・」
「たんぱく質のお話をするときはどうやって伝えればわかる？」



最近よく話題になる「たんぱく質」を切り口に、講師の先生にお話を伺いながら、
スポーツ栄養について、正しい情報・知識を増やし、理解を深めましょう！



日時 令和4年 10月16日(日) 14:00~16:00
場所 各ご家庭で「Zoom」を活用して開催
対象 石川県栄養士会会員
内容 講演「イマドキのたんぱく質事情とスポーツ栄養」 講師 柴田 至且（よしかつ）氏
参加費 無料
申込み 右のQRコードまたは以下のURLより申込みフォームにてお申込みください。

申込み先URL: <https://forms.gle/RnQZQDvmUCyKLIRw5>

お名前と所属、Eメールアドレス、疑問、質問など講師の先生に
お聞きしたいことがありましたら書きください。

お申込み後、連絡先メールアドレスに、申込みメールが自動で
送信されます。届いていることをご確認ください。

1週間以内に返信メールが届かない場合には下記メールアドレスまでお問合せください。

研修会が近づきましたら、ZoomミーティングIDとパスコードをEメールでお伝えします。

※上記の方法が利用できない場合には、裏面に必要事項を記入し、FAXにてお申込みください。

お問合せ: kanazawa.ida@gmail.com 携帯番号 090-9543-1276 (担当 あらき)

締切 令和4年 10月13日(木)



↑お申込みはこちらから



大阪府出身
山口県在住

◎ 柴田至且先生のプロフィール ◎

福井県でアユやフグの種苗生産の研究に携わった後、管理栄養士を取得
病院勤務を経て、スナッピーを開業

公認スポーツ栄養士として、

プロゴルファー、競輪選手、バトミントン選手などのサポート、

高川学園ラグビー部専属栄養士、

ながとブルーエンジェルス(女子ラグビー)のサポートや

セミナーを多数開催など、山口県にてフリーランスでご活躍！



スナッピーHP: <https://snappy-sportsdiet.com>

取得資格: 公認スポーツ栄養士・管理栄養士・食育インストラクター・

食生活アドバイザー・ジュニア野菜ソムリエ