



こばた先生による「スポーツ選手の

# 献立作成シミュレーション」

～復習と主にマラソンランナーの食事！～



昨年に引き続き、地元産の食材を使いスポーツと健康と食を組み合わせた「食べる人に気を配った機能的な食事によるおもてなし」をテーマに1年を通して勉強をしていきます。

今回は今年の復習を主に、「マラソン勝負飯」という本も出版されている こばたてるみ先生に、セミナーいただきます。

こばたてるみ先生は日本初の「公認スポーツ栄養士」の一人で、プロ野球選手やなでしこジャパンの選手など数多くのスポーツ選手のサポートを手がけておられます。今まで頭を悩ませていた献立作成を楽にできるようにしませんか？

知識があれば、今後役に立つこと間違いなしです！

「食」でのおもてなしに興味をお持ちの方は、ぜひご参加ください！

※今後の情報は豊岡市商工会ホームページを中心に発信していきます。

FB ページ「神鍋ハートフル食」もぜひご覧ください。

豊岡市商工会

- \*日 時 4月24日(木)  
AM9:15~AM11:30(9:00~受付)
- \*場 所 西気地区コミュニティセンター  
(豊岡市日高町栗栖野739-1)
- \*受講料 無 料
- \*持ち物 筆記用具
- \*その他 参加希望者は4月18日(金)までに商工会にご連絡ください。



豊岡市商工会日高支部 Tel:42-1251 Fax:42-4350

## 参加申込書

「スポーツ選手の献立作成シミュレーション」勉強会

事業所名

氏名

城崎・竹野

日高・出石・但東 支部

連絡先

