

# スポーツ栄養セミナー

## ～勝ちにいくための食べ方とは～

### 【基調講演】

テーマ：「競技力向上のスポーツ栄養学  
～“守り”と“攻め”のスポーツ栄養戦略」

講師：殖田 友子 先生（帝京大学 准教授・管理栄養士）

### 【パネルディスカッション】

テーマ：「山形県におけるスポーツ栄養の現状について」

#### <パネリスト>

- ・殖田 友子 先生（帝京大学 准教授・管理栄養士）
- ・庄司 秀幸 先生（山形県立山形中央高等学校教諭 野球部監督）
- ・齊藤 るみ 先生（山形県教育庁 スポーツ保健課 主査）
- ・中間 紀子 先生（大塚製薬株式会社ニュートラシューティカルズ 事業部仙台支店 学術担当）
- ・松原 梨香 先生（パイオニアレッドウィングス スポーツ食調理師）

#### <コーディネーター>

- ・山口 喜代美 先生（山形県スポーツ指導員）

殖田 友子 / (うえだ ともこ)

プロフィール  
日本女子大学家政学部卒業  
管理栄養士、健康運動指導士  
ヘルスケアトレーナー  
産業栄養指導者



かつてNHK教育テレビ「スポーツ栄養」講師を務めた。現在シンクタンク株式会社ミュージズ代表として、球技・スキーを始め各種競技のプロ選手やトップチームの顧問、アトランタや長野オリンピック選手団の強化コーチも務める。

- 日 時 平成22年11月20日（土） 14:00～16:45
- 会 場 山形テルサ 3F アプローチ
- 参加料 一般 ¥1,000 学生 ¥500 協会員 無料  
※当協会にご入会の場合は、年会費¥3,000が必要となります。
- 定 員 150名（参加申込多数の場合は、先着順となります。）
- その他 万が一災害が発生した場合は、会場の緊急時対応に準じます。

主 管／テルサフィットネスクラブ 主 催／NPO法人山形県トレーナー協会  
 主 協 力／大塚製薬株式会社・山形県フィットネス協会・山形県エアロビック協会  
 後 援／山形県教育委員会・山形市教育委員会・財団法人 山形県体育協会・財団法人 山形市体育協会  
 NPO法人 ライフサポート協会・山形テルサ・山形新聞・山形放送・山形テレビ・さくらんぼテレビ  
 株式会社テレビユー山形・NHK山形放送局