

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	福井県
取組市町村名 取組団体・企業名	小浜市
取組の名称	高校生に対するスポーツ栄養学講演会の開催
実施時期	令和4年11月24日（木）
取組内容	【目的】 食選択の自由度が高くなり食事に偏りが出やすくなる高校生に対して、多くの生徒が取り組んでいるスポーツと食事との密接な関係を理解し、正しい知識を身に付けることで、主体的に食事管理ができるよう、スポーツ栄養学講座を開催しました。 【講師】 医学博士・管理栄養士・若狭おばま御食国大使 本多 京子 氏 【内容】 「パフォーマンスアップのための食事 ～なりたい自分になるために～」と題し、本多京子先生によるスポーツ栄養学講演会を50分間、参加者からの質問を主体としたフリートーク会を50分間実施しました。 【参加者】 福井県立若狭高等学校生徒 約120名 