

【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	小浜市
取組市町村名 取組団体・企業名	小浜市
取組の名称	スポーツ食育事業「パフォーマンスアップ料理教室」
実施時期	令和6年9月8日（土） 令和6年11月17日（日）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	「勝つために何を食べるか」をキーワードに、若い世代を対象としたスポーツ食育事業として、座学と調理実習を組み合わせた「パフォーマンスアップ料理教室」を開催しました。目標に向かって日々練習に取り組んでいく中で、食事が味方になるということを実感していただき、生涯にわたり正しい食事管理ができるようになることを目指しています。 実施対象：市内高校男子バスケットボール部 20 名／男子サッカー部 22 名 実施内容：【講習会】スポーツ栄養に関する基本的な食事管理と競技特性に合わせた食事について 【調理実習】小グループに分かれて調理し昼食として試食 瞬発力アップ鯖そぼろ丼/体力回復豚汁/ケールスムージー    