

子どもと子どもを支えるファミリーを食で元気に!
名古屋グランパス

食育講演のご案内

名古屋グランパスでは、子供達の健やかな成長と地域のみなさまの健康作りのお手伝い をすることを目的に食育講演を実施しています。

2020年度
食育講演
募集中!

過去の食育講演の様子を
名古屋グランパス公式
Facebook:元気ごはん食堂で
発信中!

子ども向け

■講演内容例

- 朝食の大切さ
- 野菜の摂取方法
- 骨を強くする食事
- おやつ選び
- 運動前後の食事
- 熱中症・夏バテ対策
- お楽しみクイズ など



参加者の声

今日は野菜をプラスすることを学んだので菓子パンをサンドイッチにしたり野菜スティックを食べたりしてたくさん野菜をとり入れたいと思いました。

Jリーガーの食事は私たちでもできる工夫がたくさんありました。ごはんをたくさん食べるための工夫はやってみたいと思いました。

私は朝早く起きられず朝ごはんをあまり食べていませんでした。これからは宿題などを計画的にやって早く寝て朝ごはんをしっかり食べられるようにしたいです。

子どもを支えるファミリー向け

NEW

■講演内容例

- 生活習慣病予防
- メタボ対策
- 外食やお酒との上手な付き合い方
- 簡単!野菜レシピ
- 骨粗鬆症予防
- サルコペニア(筋肉減少症)の予防
- 中高年の運動時の食事
- 教員・栄養教諭が現場で活用できるスポーツ栄養
- スポーツ少年団・部活生の保護者対象講習会



■講演実績

- 小中学校PTA(保護者)
- 薬局(保護者)
- 公民館(地域の皆さま)
- 教育委員会(教職員)
- 健康保健組合(会社員)
- 大学、短期大学(教員・学生)
- スポーツサッカー少年団(選手・保護者)

お申し込み手順

1 お客様から
問い合わせ



★電話、公式サイトから

<http://nagoya-grampus.jp/club/hometown/food-education.html>

2 担当者より連絡

★日程調整、詳細説明

3 講演内容の打ち合わせ

★テーマ、内容の決定

食育講演料

30,000円(税込)

講師紹介



栄養アドバイザー
森裕子

プロフィール 森裕子【もりゆうこ】(管理栄養士)

スポーツ選手の栄養サポートを専門に、プロ、実業団、スポーツ少年団などで栄養指導を行ってきた。現在は名古屋グランパス栄養アドバイザーとして、学校や企業、地域などで地域貢献を目的に食育講演を行っている。

著書に、「名古屋グランパス食育レシピ 元気ごはん」(主婦の友社)、「ジュニアサッカー食事バイブル」、「ジュニアサッカーお弁当バイブル」、「名古屋グランパス勝利の食堂」、「身長をぐんぐん伸ばすための本」(カンゼン社)、がある。

関連サイト紹介

名古屋グランパス公式 Facebook : 元気ごはん食堂
<https://ja-jp.facebook.com/grampus.genkigohan/>
森裕子 HP : syoku-de-smile.com



お問合せ
お申込み

TEL 0565-79-8880

FAX 0565-79-8110

ホームタウン 食育担当: 森裕子

おいしい「!」がある
pokka Sapporo



グランパスの食育活動は ポッカサッポロ フード&ビバレッジ株式会社 にご支援を
いただいております

講演参加者さまにポッカレモン100(70ml)をプレゼント!