

福島北・猪苗代サテライトで食育講座が行われました

平成28年6月27日（月）に、福島北サテライトと猪苗代サテライトでそれぞれ食育講座が行われました。福島北サテライトには講師として管理栄養士の井上真由美先生、猪苗代サテライトには健康管理士の野崎石松先生に来ていただきました。内容は「食とスポーツについて」ということで、競技力向上のための栄養の取り方についてお話しいただきました。お話しいただいたことを活用し、ベストなコンディションで大会にのぞめるよう、しっかり自己管理もできるようにしていきたいと思います。本当にありがとうございました。



(福島北サテライトでの様子)