



今年の夏、暑すぎて熱中症にならないか心配。
試合で活躍できるよう身体を大きくしたい。忙しい
日々でも使える食事テクニック知りたい。など子供を
全力で応援する保護者様にみてほしい内容です。

一般社団法人FICSアカデミー/ハッ橋SC 食育セミナー

夏にバテない勝てる身体を作る食戦術

～保護者必見！知って差がつく実践編～

2025年7月27日(日)17時30分start

ポリテクセンター関東 201会議室

横浜市旭区南希望が丘78

ぜひ、親子そろってご参加ください。
お待ちしております。

- ✓ 身体が大きくなる、食べ方
- ✓ 夏に痩せない朝ごはん&水分補給法
- ✓ 簡単レシピ&質疑応答



講師：松永 由実(まつなが ゆみ)

株式会社TAY 代表

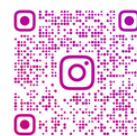
～スポーツする子供を栄養で強くする～

管理栄養士・スポーツ栄養学指導士

小中学生アスリート、保護者様を栄養でサポート！

ymatsunaga@t-a-y-nutrition.com

Instagram



MUMI485