

大阪ガスでは、「食」を通じて、「生きる力・豊かな心」「社会とのつながり」を実感していただきたいと考え、

《「いただきます」で育もう。》をスローガンに、食育活動をすすめております。

教育・保育にたずさわる方々に、「食育」に関する情報をご提供し、子どもたちへのご指導に活用いただくことで、お役にたきたいと願っております。

第10回食育セミナーでは、「子どもの健康～のびゆく体をささえる食とスポーツ～」をテーマに開催します。

第1部では「食とスポーツ」の重要な関係性をテーマに講演会を、第2部ではスポーツをする子どもにとって

必要不可欠な「補食」をテーマに、アレルギーにも対応しているメニューでの料理講習会を開催します。

ぜひご参加いただきますよう、お願い申し上げます。

第1部

基調講演

「コオーディネーション運動
～運動欲求と食欲との狭間～」

あらき ひでお
講師 荒木 秀夫 先生
国立大学法人 徳島大学大学院 教授
教育担当副理事 全学共通教育センター長
学術博士



特別講演

「成長に応じた運動指導
と食事について」

あぶたに ひろゆき
講師 油谷 浩之 さま
特定非営利活動法人
日本トレーニング指導者協会 理事



第2部

料理講習会

「スポーツをする子ども向け
補食メニュー(アレルギー対応)」

やまき のりこ
講師 八巻 法子 さま
日本ハム株式会社 中央研究所 管理栄養士
北海道日本ハムファイターズ 栄養サポート担当



スティック
いなり寿司

カルシウムたっぷり
もちりケーキ

米粉めんの
ラーメンサラダ

- 定員 第1部:250名・第2部:100名 ※お申し込み受付順
- 対象者 教育関係者(教育委員会、学校教諭、栄養教諭、幼稚園教諭等)
保育関係者(保育士・調理員等)
- 費用 第1部:無料・第2部:500円/人(食材費として)
- 申込方法 予約制となりますので、申込書をFAX/郵便/
ホームページのいずれかでお申し込みください
※第2部のみの参加はご遠慮ください
- 申込締切 2016年3月17日(木)まで
※定員になり次第、申込み受付を終了させていただきます。あらかじめご了承ください

お申し込み・参加方法(予約制)

- 裏面の申込書にご記入のうえ、FAX/郵便/
ホームページにて以下の事務局までお送りください
- 申込書受付後5営業日以内に、事務局より
「参加証」を郵便ハガキにて、発送いたします
- 以上でお申し込み・受付は完了いたします
当日「参加証」を、会場受付までご持参ください

主催 大阪ガス株式会社
後援 文部科学省、厚生労働省、農林水産省近畿農政局、大阪府教育委員会、兵庫県教育委員会、奈良県教育委員会、和歌山県教育委員会、
京都府教育委員会、滋賀県教育委員会、大阪市教育委員会、神戸市教育委員会、京都市教育委員会、大阪市

問い合わせ/申込先(食育セミナー事務局)

関西ビジネスインフォメーション株式会社(内) 食育セミナー事務局 担当:野田・阪上

〒541-0047 大阪市中央区淡路町3-5-13 創建御堂筋ビル4階 TEL 06-4706-3101 FAX 06-6201-5331

第1部 10:00～12:20

基調講演 「コーディネーション運動 ～運動欲求と食欲との狭間～」…60分

講師：**荒木 秀夫** 先生 あら き ひで お 国立大学法人 徳島大学大学院 教授
教育担当副理事 全学共通教育センター長、学術博士

〈プロフィール〉筑波大学大学院博士課程体育科学研究科体育科学専攻修了。運動学・運動生理学にもとづき、運動の発生・発達に即して身体、脳、心への刺激を与えて、心身の成長を促す「コーディネーション運動」をアカデミックにわかりやすく指導。その内容はスポーツ分野にとどまらず、教育、社会学、食など幅広い分野に及ぶ。新しい人間科学的なコーディネーショントレーニング理論の開拓者。2008年北京オリンピック陸上競技男子400mリレー銅メダリスト 朝原 宣治氏が主宰している陸上競技クラブ「NOBY T&F CLUB」の運動プログラムを監修。著書：「コーディネーション運動～トレーニング実践へのガイド」(財)健康体力づくり事業財団 共著：「脳に効く！コーディネーション運動」主婦と生活者 ほか

〈内容〉子どもたちの食・生活習慣や意欲の問題など、数多くの原因が関係し、子どもたちの体力低下が社会的にも問題視されています。そこで、子どもたちが、運動に対する達成感や自身の動きそのものに対する関心と楽しさを感じるための手法として考案された「コーディネーション運動」について、詳しくご紹介いただくとともに、その効果について、運動欲求と食欲との関連性から、家庭、学校等でのような食生活・リズムが有効か等をお話いただきます。

特別講演 「成長に応じた運動指導と食事について」…60分

講師：**油谷 浩之** さま あぶたに ひろゆき 日本トレーニング指導者協会(JATI) 理事

〈プロフィール〉関西学院大学文学部教育学科卒業。大阪体育大学大学院スポーツ科学研究科前期課程修了(スポーツ科学修士)。中学から10年間、関西学院アメリカンフットボール部に在籍し、大学時代はキャプテンとして活躍。トライアスロン等、様々なスポーツにチャレンジした自らの運動経験を活かし、食事管理からトレーニングプログラムまでを考案する。トレーニング指導者として活動始める。現在は任意団体スマートストレングスを主宰。過去に、松下電工(現パナソニック)アメリカンフットボール部ストレングスコーチ、松下電器(現パナソニック)企業3部(バレーボール・バスケットボール・野球)トレーナーや、神戸製鋼所ラグビー部のストレングスディレクター等をつとめる。現在、関西学院大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ、久光製薬女子バレーボール部ストレングストレーナーに従事している。また、プロ野球やJリーグ選手等のストレングスコーチとしてトレーニング指導にあたるほか、子どもたちの運動能力の向上から中高年の方々の健康づくりまで、幅広く指導を行っている。共著：「スポーツトレーニングの常識を疑え!」ベースボールマガジン社、「JATI認定トレーニング指導者テキスト」大修館書店

〈内容〉ここ数年、「子どもは大人の縮小版ではない」とよく言われています。過去に行なわれてきたような「子ども」という大きな括りでの指導や、成人アスリートをはじめ大人がおこなって成果を上げた指導を、そのまま「子ども」にあてはめるといったことは少なくなり、各年代において成長する運動能力や、体力に応じた指導をしていくことが、スタンダードになっています。しかし、子どもたちを取り巻く環境の変化は大きく、指導現場において、同年代に対して運動指導をする際に、個人差が大きいために思うような効果が出せないことが多々あります。そのような問題について、実際の子どもたちの体力測定の数値を示しながら、最適と思われる運動指導と、運動において車の両輪にも例えられる「食事」との関係について、お話いただきます。

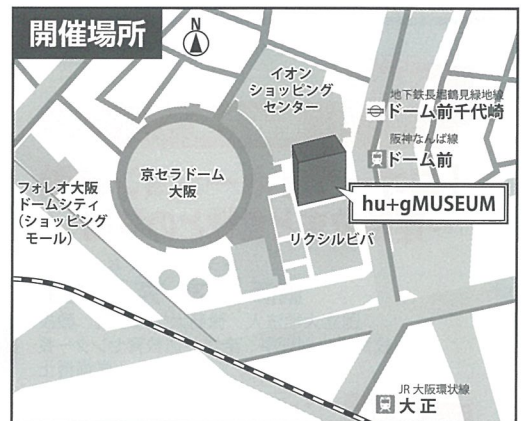
第2部 13:00～15:00

料理講習会 「スポーツをする子ども向け補食メニュー(アレルギー対応)」

講師：**八巻 法子** さま や まき のりこ 日本ハム株式会社 中央研究所 管理栄養士
北海道日本ハムファイターズ 栄養サポート担当

〈プロフィール〉愛媛女子短期大学食物栄養学科、愛媛大学法文学部総合政策学科卒業。2008年 日本ハム株式会社入社。北海道日本ハムファイターズの栄養サポートを担当。北海道日本ハムファイターズの選手が、いつでもどこでも自身に必要な食事を選択できるよう、選手とその家族へ向けた食事・栄養情報の開発に力を入れている。現在は、栄養サポート業務のほか、レシピ開発や料理教室、小学生を対象とした科学食育活動を担当。関連書籍：「北海道日本ハムファイターズの寮ごはん」宝島社、「1週間3000円使い切り春夏秋冬ヘルシー献立」学研パブリッシング、「北海道日本ハムファイターズの応援ごはん」女子栄養大学出版部

〈内容〉食物アレルギーを持つ子どもが増加しています。日本ハム株式会社さまでは、「ご家族みんなで食卓を囲み、食物アレルギーの有無にかかわらず、同じ食事をお召し上がりいただきたい」という想いから「食物アレルギー対応商品」を開発されています。また、北海道日本ハムファイターズやセレッソ大阪といったプロのスポーツ選手も数多く在籍され、その栄養管理を行われています。今回は、プロ選手の栄養サポートをされているノウハウを生かし、成長期にスポーツをする子ども向けに、短時間で簡単につくれ、かつアレルギーに対応している「補食」メニューをご紹介します。



●交通 地下鉄長堀鶴見緑地線「ドーム前千代崎」駅(①番出口より徒歩3分)
阪神電車なんば線「ドーム前」駅(②番出口より徒歩3分)
JR大阪環状線「大正」駅(徒歩7分)

「食育セミナー」参加申込書 (申込書のコピー使用可)

●氏名(フリガナ)	
①	
●勤務先	
●勤務先ご住所	
〒	—
●参加証送付先ご住所(自宅 ・ 勤務先)	
〒	—
●連絡先(自宅 ・ 勤務先)	
TEL ()	FAX ()
●第2部 料理講習会の参加 (する ・ しない) ○をつけてください	

●氏名(フリガナ)	
②	
●勤務先	
●勤務先ご住所	
〒	—
●参加証送付先ご住所(自宅 ・ 勤務先)	
〒	—
●連絡先(自宅 ・ 勤務先)	
TEL ()	FAX ()
●第2部 料理講習会の参加 (する ・ しない) ○をつけてください	

※ご記入いただいたお客さま情報は、大阪ガス株式会社が責任を持って管理し、本セミナーに関するお客さまへのご連絡など、本セミナー開催・運営を目的としてのみ利用いたします。

ホームページからお申し込みいただけます <http://www.osakagas.co.jp/shokuiku/11seminar/>

過去9回のセミナー内容はこちらからご参照いただけます <http://www.osakagas.co.jp/shokuiku/seminar.html>

または **ガスで食育**

検索

問い合わせ／申込先(食育セミナー事務局)

関西ビジネスインフォメーション株式会社(内) 食育セミナー事務局 担当:野田・阪上

〒541-0047 大阪市中央区淡路町3-5-13 創建御堂筋ビル4階

TEL 06-4706-3101 FAX 06-6201-5331