

下呂ボーイズ 5周年記念

# スポーツと食育講演会

「野球食」でお馴染みの

# 海老久美子先生

## スポーツをする成長期 のための食育

～元気を育てる食べ方・飲み方～



5<sup>th</sup>  
Special



海老久美子（えびくみこ）先生のプロフィール

管理栄養士 博士（栄養学）全日本アマチュア野球連盟選手強化部医科学委員  
JOC強化スタッフ（硬式野球・医科学スタッフ）

1990年から高校球児を中心に、選手自らがプロデュースする調理実習等を含む、ジュニアアスリートに特化した食事教育・栄養サポートを展開 2004年（財）日本高等学校野球連盟の依頼により、春・夏甲子園出場全選手の体組成測定と栄養・食事に関する調査を実施 2006年から国立スポーツ科学センター（JISS）スポーツ医学研究部研究員として、北京オリンピックでは日本選手団に対する現地食環境調査、JOC強化指定選手の栄養サポートを担当

現在、神戸学院大学客員教授（栄養教諭論）、法政大学非常勤講師（スポーツ栄養学）、大妻女子大学非常勤講師（スポーツ栄養論）2010年4月から立命館大学スポーツ健康科学部教授に就任予定

栄養・健康に関する執筆も手がけ、現在「えびさんの食べるスポーツ」（毎日新聞大阪版）、「食卓応援団」（日本経済新聞）に栄養コラムを連載中 他、スポーツ雑誌各誌「ベースボールクリニック」「ラグビークリニック」「テニスマガジン」（ベースボールマガジン社）、「報知高校野球」（報知新聞社）、「中学野球小僧」（白夜書房）、「トライアスロントリップ」（ジェントルブリーズ）、「スイム」（ランナーズ）にも連載中。著書に「野球食」「野球食 Jr.」「野球食レシピ」（ベースボールマガジン社刊）「30代男のメシの食べ方」（学研刊）等がある

# 1/29 金

●開場18:30 ●開演19:00

## 星雲会館

下呂市萩原町萩原

TEL 0576(52)2900

# 入場無料

●お問い合わせ

主催／下呂ボーイズ

事務所 下呂市萩原町尾崎 131

担当 金子吉孝 090-4212-8602

今井定正 090-1410-6133