

2012年度第2回生徒の健康を考える会参加のお誘い(お知らせ)

「成長期の栄養学～スポーツにも勉強にも役立つ食育の話～」

講師: 杉浦 克己先生 (立教大学コミュニティ福祉学部

スポーツウエルネス学科教授 博士)

暑い暑い夏休みが終わり、中期が始まりましたが、今なお、暑い日が続いております。一昨日は暑くて、天候が不安定な中でしたが、無事に楽しく体育祭を終えることができました。

中学生・高校生という成長期にどんな食事を摂らせればいいのか、運動部に入っている場合、どんなことに気を配ればいいのか、「食事・栄養」は毎日のことなので、日々気になりながら、過ごしていらっしゃる保護者の方も多いのではないのでしょうか。保護者の方から実際にも、中高生の男子の食事・スポーツする子どもたちの食事について話を聞きたいというリクエストをいただきました。今回、そのリクエストに、ピッタリと答えていただける杉浦先生にお話を伺えることになりました。杉浦先生は、スポーツ栄養学・健康栄養学がご専門です。多くのアスリートの栄養指導に携わってこられています。杉浦先生のお話を伺って、皆さんで、わが子の食事について考えてみませんか。前回の生徒の健康を考える会は、過去最高の47名の方にご参加いただきました。ありがとうございます。第2回も是非、多くの方々お話を伺いいただきたいと思っております。どうぞ、皆様、奮ってご参加ください。

また、講演後、懇親の昼食会を行います。こちらは、ご希望の方で、会費制とさせていただきます。なかなか、他学年の保護者の方とお話する機会はないと思っております。短い時間ですが、この機会に、いろんな学年の方と昼食を食べながら、おしゃべりしてみませんか。こちらにも奮ってご参加ください。

第2回生徒の健康を考える会

日時 : 2012年10月23日(火) 10:00～11:20

会場 : 立教大学5号館5501教室(5号館は立教通り沿い、立教池袋中・高の並びの建物です。)

対象 : 立教池袋中学校・高等学校保護者のみなさま

テーマ: 成長期の栄養学～スポーツにも勉強にも役立つ食育の話～

講師 : 杉浦克己先生

申込期間: 10月6日(土)まで ※昼食準備の都合上、申込期間厳守でお願いいたします。

懇親昼食会: 時間: 11:30～12:30

会費: 800円(当日徴収します)

《お申し込み方法》生徒の健康を考える会への参加お申し込みは、下記にご記入頂き、期間中にこの用紙をFAXして下さるようお願い致します。 **FAX: 03-3971-4930**
※お問い合わせは、保健室 TEL: 03-3985-2711 まで、お願いします。

生徒の健康を考える会参加申し込み書

中・高 年 組 番 生徒氏名

参加される方のお名前

※懇親昼食会に参加される方は、()に丸印をお願いします。

() 懇親昼食会に参加します。

