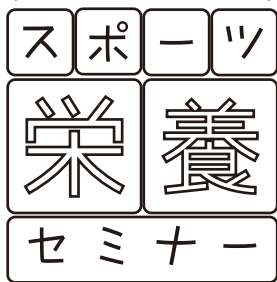


スポーツをがんばる
高校生のための



女子栄養大学

2026年4月より共学化し、日本栄養大学・日本栄養大学短期大学部へ名称変更いたします。



選手の健康管理

10:00 ～ 自分の体組成を計測してみよう

In Body 測定 上半身 (左・右)
下半身 (左・右)
部位別わかる

体組成計「InBody」で自分の体組成を測定することで「体成分（体水分量、タンパク質量、ミネラル量、体脂肪量）」「部位別筋肉量」「部位別脂肪量」が分かります！今の自分のコンディションを知ろう！！



測定では教員と本学学生が丁寧にサポートします。

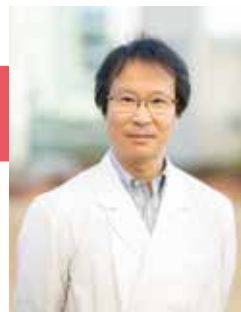
13:30 ～ 受講して学ぼう

講演「選手の健康管理 ～食事の面から～」

正しい食事がトップアスリートへの第一歩！
ふだんの食生活のチェック法も学べます。
In Body 測定データの見方の解説も行います。

講師 **上西 一弘**

女子栄養大学 教授 栄養生理学研究室
管理栄養士 栄養学（博士）



講師紹介：専門は栄養生理学、特にヒトを対象としたカルシウムの研究、骨の健康と栄養、そしてスポーツ選手の栄養アセスメントと、それに基づく栄養サポートなど。これまでにプロ野球チーム、Jリーグチーム、帝京大学ラグビー部、東京大学硬式野球部などの栄養指導・栄養管理を担当。

日時 **11/9 (日)** 10:00 ～
(9:30 受付開始)

申込締切 **11/5 (水)**
定員になり次第締め切ります。

対象 **高校生** 性別 不問
高校教諭 / 保護者 / 一般

参加費 **無料**
昼食の提供はございません。各自でご用意いただくか、近隣の飲食店をご利用ください。

会場 **TKPガーデンシティ仙台**
21F ホールC・D

申込方法 以下のQRコードまたはURLよりお申込ください。
申込フォーム



〒980-6130
宮城県 仙台市青葉区 中央 1-3-1
AER 21 階・30 階
▶JR 東北本線
仙台駅 西口 徒歩 2 分
▶仙台市地下鉄南北線
仙台駅 北 8 出口 徒歩 2 分

地図：TKP ガーデンシティ仙台 HP より抜粋
<https://www.kashikaigishitsu.net/facilities/gc-sendai/access/>



<https://forms.office.com/r/DkH3ErtaMs?origin=lprLink>

お問い合わせ
女子栄養大学 入試広報課

049-282-7331
※開催当日連絡先 070-6463-8584