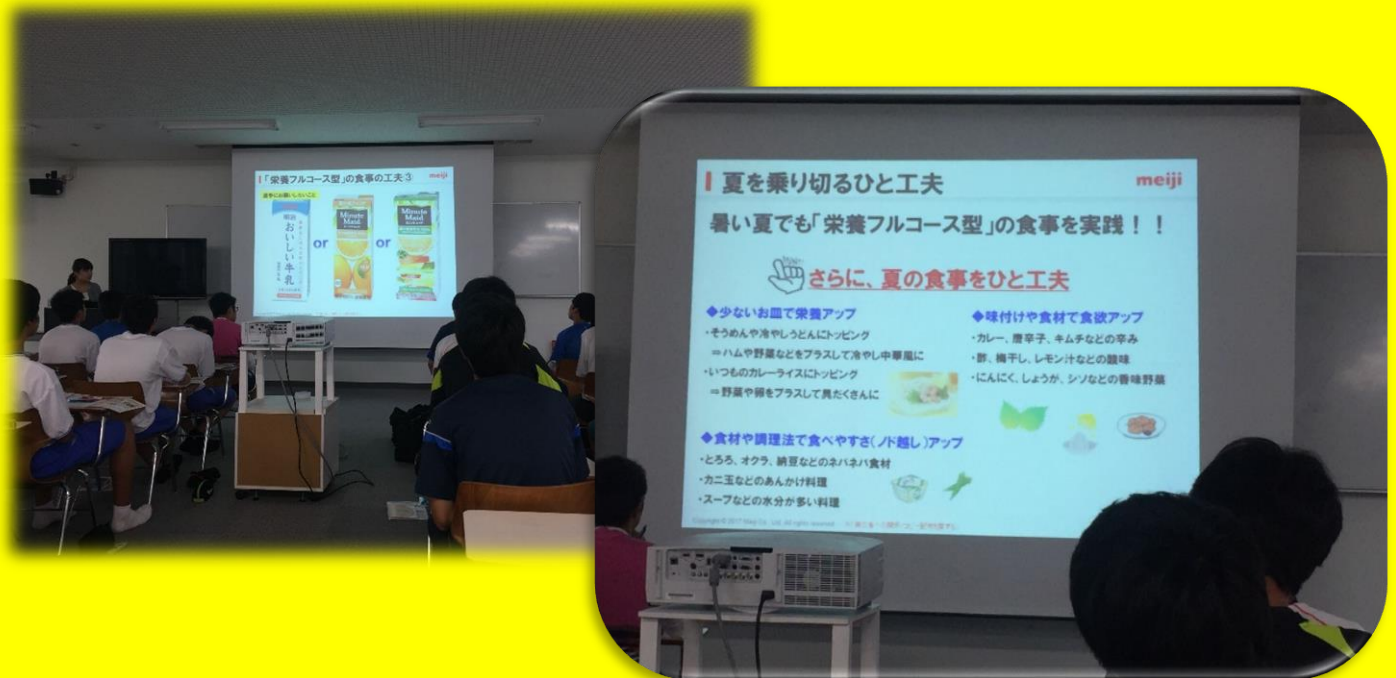


# サッカー一部 活動報告

## 第3回栄養講習会開催報告



今回も株式会社 明治の磯野さん、村田さん、永谷さん（管理栄養士）にお越しいただき、栄養講習会をおこないました。1年生が初めての講習会だったので、基本的なお話から、これから迎える夏を乗り切る食事法、練習試合の合間に適した栄養補給法など、大切なお話をしていただきました。毎回選手に話すことですが、話を聴くだけでなく1つでも実践することで未来が変わります。ぜひ意識を変えて行動を変えてもらいたいです。そうすれば習慣が変わり、人格が変わり、運命が変わると思います。保護者の皆様、ご協力よろしくお願ひします。