

平成 26 年 7 月 31 日



「ぎょれん×コンサドーレ札幌 食育&サッカー教室」の開催結果について

ぎょれんでは平成 23 年度より、コンサドーレ札幌とタイアップした食育&サッカー教室を実施しています。今回は 7 月 27 日（日）に、室蘭市にある入江運動公園陸上競技場にて、通算 11 回目となる「ぎょれん×コンサドーレ札幌 食育&サッカー教室」を開催し、幼稚園～小学校 4 年生までの子どもたちとその保護者、約 220 名にご参加頂きました。

保護者を対象とした食育教室では、まずぎょれん職員より秋鮭・ほたて・昆布の生態や水揚げ、栄養面等の魅力について紹介し、身近な道産水産物についての理解を深めてもらいました。その後、コンサドーレ札幌の管理栄養士で㈱ウェルネスプランニング札幌代表の小松 信隆先生より、スポーツをする子どもに必要な栄養と身体づくりの関連性について説明があり、試合前後の食事に効果的なメニューについて具体的なレシピを交えてご紹介頂きました。

一方、子どもたちを対象としたサッカー教室ではコンサドーレ札幌ジュニアスクールの大野 貴文、清原 辰也 両コーチの指導のもと、ドリブルやコントロールを養う練習やゲーム形式でのトレーニングに取り組んだ他、身体づくりに水産物が重要な役割を果たすことを、イラストを用いてご説明頂きました。



食育教室・サッカー教室共に、たくさんの方にご参加頂きました。
ありがとうございました。