

全戸配布

盛岡広域振興局多様なスポーツライフ促進事業
総合型地域スポーツクラブ啓発イベント

スポーツの力で

活力のある地域づくりセミナー

今年度、岩手県内58番目の総合型地域スポーツクラブとして、岩手町に岩手町体育協会スポーツクラブが創設しました。盛岡広域振興局は、総合型地域スポーツクラブ等地域スポーツの振興による魅力ある地域づくりを目指しています。今回「体のケアと食生活」をテーマに、農作業はスポーツと同じ運動量という視点から、管理栄養士で健康運動実践指導者の佐藤香織さんに、農作業後の体ケアの必要性を食生活の大切さとともに分かりやすく説明するセミナーを開催します。いつまでも元気に生活できる体のケアを学びましょう。

いつまでも元気に、健康に!
「体のケアと食生活」

令和2年

2月15日(土)10:00~

岩手町スポーツ文化センター 森のアリーナ

入場無料

岩手県岩手郡岩手町大字子抱第5地割142

※当日は、運動しやすい服装・運動シューズで、ご来場ください。

講師

アクティブ管理栄養士

さとう かおり

佐藤 香織氏

管理栄養士・健康運動実践指導者・国際
ノルディックウォーキング連盟(INWA)
公認アドバンスインストラクターなど多方面
で活躍中



セミナー
終了後開催

INWA アドバンス
インストラクター指導の

ノルディックウォーキング講習会

◆お申込み・お問い合わせ先

岩手町スポーツ文化センター「森のアリーナ」

Tel.0195-62-4835

主催：盛岡広域振興局／(一社)盛岡市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会
後援：岩手町／岩手町体育協会スポーツクラブ

総合型地域スポーツクラブは地域住民が主体となって運営する、地域密着型の
公益的なスポーツクラブです。県内58のクラブが活動しています。