

「スポーツ栄養指導実習」



令和元年6月6日（木）、神戸女子大学の学生が来校され、硬式野球部を対象にスポーツ栄養学に関する講義を行っていただきました。身体づくりや疲労回復に必要な栄養素・夏の水分補給についてなど夏の大会に向けて有意義な時間を過ごすことができました。

学んだことを生かして夏の大会を勝ち抜けるように日々の練習に取り組んでいきたいと思えます。応援よろしくお願ひします。