

【テーマ】 家庭の教育力向上

プロの食サポートに学ぶ 成長期の体づくりと栄養

【講師】 日本ハム株式会社 スポーツ・エンターテイメント事業部
管理栄養士・公認スポーツ栄養士 八巻 法子 氏



6月13日（土）、美喜仁桐生文化会館において、令和8年度東毛地区PTA研修会が開催されました。日本ハム株式会社 管理栄養士・公認スポーツ栄養士の八巻法子氏を講師にお招きし、「プロの食サポートに学ぶ、成長期の体づくりと栄養」と題してご講演いただきました。

講演では、プロの食事例の紹介にとどまらず、子どもたちや家庭の実態を踏まえた、明日からすぐに実践できる具体的な事例についてご紹介いただきました。また、グループディスカッションにもご参加いただくなど、参加者にとって非常に有意義で、「家庭の教育力向上」につながる研修会となりました。

【参加者の声】

- ・毎日忙しいを理由に、とりあえず食べさせているという事が多かったので、栄養のバランスの大切さがわかりました。普段食べている物でも、糖質やたんぱく質が多くとれているとわかり、少し安心しました。とても参考になりました。
- ・講師の方からの専門的なお話を聞いたことと共に、同世代の子供を持つ方々との共通の悩み項目である食事について、語り合うことができ、とても良い時間となりました。