

栄養サポートをブラッシュアップ ～エビデンスに基づく実践法～

開催日

2024年

2月17日(土)

■時間 13:00～17:10

※オンライン参加の方は16:40まで。現地参加の方は、16:40～17:10の情報交換会にご参加いただけます。

■開催方式 ハイブリッド形式
現地(先着40名)・オンライン(zoom)

■現地会場 帝京大学八王子キャンパス
スポーツ医科学センター3階会議室

“筋肉を効率よく増やす栄養摂取方法とは?”、“たんぱく質の具体的な摂取方法とは?”
本カンファレンスでは、第一線でご活躍の先生方に、最新の知見をご紹介いただき、日頃の栄養サポートや食事選択に活かす具体的な方法を考えていきます。
栄養士、アスリート、スポーツ関係者の皆さまなど多くのご参加をお待ちしております。

第1部 基調講演

13:00～14:30

立命館大学 教授

藤田 聡



『筋合成のメカニズムと
たんぱく質摂取の最前線』

【主なご略歴】

- 1996年 フロリダ州立大学 運動科学部 運動生理学専攻 修士課程修了
- 2002年 南カリフォルニア大学 キネシオロジー学部 運動生理学 博士課程修了
- 2012年- 立命館大学 スポーツ健康科学部 教授

【受賞歴】

- 2006年 アメリカ栄養学会 アメリカ栄養学会(ASN)学会賞など

【研究分野】

ご専門は運動刺激や栄養摂取による骨格筋肥大のメカニズムの解明。筋タンパク合成と分解のメカニズムについて、代謝系の変化の測定や分子レベルでの研究を行う。一般成人の健康維持・増進(サルコペニア・フレイル予防など)やアスリートのパフォーマンス向上を支える運動処方法の検討や栄養摂取などの研究を行うトップランナー。

第2部

14:40～15:50

広島大学 准教授

緒形 ひとみ



『競技パフォーマンスを高める
時間栄養学の活用』

15:50～16:10

帝京大学スポーツ医科学センター

藤井 瑞恵



『大学ラグビー選手の
身体づくりと栄養サポート』

16:20～16:40

パネルディスカッション



- 参加費 一般 3,000円/学生 2,000円
- 認定単位 日本栄養士会 生涯教育単位 1単位
- お申込み [左記QRコード](#)または[下記URL](#)よりお申込みください

お申込みURL <https://tuissm-nutrition2023.peatix.com>

Peatixお申込み
QRコード



現地参加の方には嬉しい特典があります!!

■特典① 帝京大学ラグビー部の食事を試食(無料)

全国制覇11回を誇る帝京大学ラグビー部のお食事を召し上がっていただきながら、食事提供元であるエムサービス株式会社様より、アスリート食をより美味しくするための調理上の秘訣についてご紹介いただきます。

※お食事が不要な場合は、お申込みの際にお伝えください。

●食事提供時間 (下記の時間内にお越しください)

11:00~12:40



メニュー例

(実際のメニューは一般の方でも食べられる量に調整しております)

■特典② 情報交換会の参加(16:40~17:10)

第2部終了後の情報交換会では、ご登壇の先生方に直接質問ができる時間を設けております。美味しいドリンクやお茶菓子とともに、有意義な時間をお過ごしください。

【協賛】

- ・株式会社ALL FARM様「コールドプレスジュース」
- ・大塚製薬株式会社様「BODY MAINTEDリンク」「SOYJOY」など
- ・株式会社明治様「ザバス アドバンスト ホエイプロテイン100 ココア味 トライアルタイプ10.5g」「ザバス MILK PROTEIN 脂肪0 キャラメル風味 200ml」



KALE FARM

●帝京大学スポーツ医科学センターへのアクセス

- ・京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」よりバス20分、京王線「高幡不動駅」よりバス15分、京王相模原線「京王多摩センター駅」、小田急多摩線「小田急多摩センター駅」よりバス20分
- ・各駅のバス停から「帝京大学構内」行きのバスにご乗車ください
- ・「SORATIO SQUARE」を通り抜けて、スポーツ医科学センターまでお越しいただくと便利です
- ・タクシーをご利用の場合は「第2南門」から入構していただき、スポーツ医科学センターの玄関前までお越しください



<ご連絡先>

〒192-0395
 東京都八王子市大塚359番地
 帝京大学スポーツ医科学センター
 TEL:042-690-5511
 E-mail:info@teikyo-issm.jp