

2025 年度京都府オリエンテーリング協会生涯スポーツ指導者研修会 ((公益財団法人)京都府スポーツ協会助成事業)

知っておきたい食事・栄養の知識 開催要項

1. 概要

開催日 2026 年(令和8年)1月 24 日(土)

会場 ベーコンラボ京都駅 3階 302 号室 JR京都駅烏丸口中央改札口より徒歩5分
<https://www.instabase.jp/space/6251006939>

主催 京都府オリエンテーリング協会

講師 上原 珠美 氏（管理栄養士、京都オリエンテーリングクラブ）

2. 講習内容プロフィール

オリエンテーリング愛好者のみなさんは、健康や身体づくりに対する意識が高く、食事や栄養に関する情報も積極的に取り入れておられると思いますが、インターネットやテレビ等で様々な情報が氾濫する中、戸惑ったり独自の理屈にこだわっている方も少なくないのではないでしょうか。今回は、オリエンティアであり管理栄養士をされている講師を迎え、表題のテーマでお話ししていただきます。

3. タイムスケジュールと内容（予定）

13:00 開場、受付

13:30 開会

13:30-13:35 ガイダンス(事務局)

13:35-14:15 講義

14:15-14:40 実習

14:40-15:00 質疑応答、意見交換

15:00 閉会

※スケジュールと内容は変更する場合がございます。

4. 参加申込

Japan-O-entry (<https://japan-o-entry.com/>) にて申込受付。画面の指示に従ってお申し込みください。

申込〆切日 1月 20 日(火) ※原則、当日申込はありませんが、希望される場合は下記問合せ先に連絡ください。

募集定員:20 名

5. 参加費

京都府オリエンテーリング協会員 一般:500 円 学生(大学院生含む)及び高校生以下:無料

京都府オリエンテーリング協会員以外 一般:1,000 円 学生(大学院生含む):500 円 高校生以下:無料

6. 問合せ先

小野田 敦(京都府オリエンテーリング協会)

E-Mail:ysjdy953@ybb.ne.jp ※できるだけE-Mailでの問合せをお願いします。

TEL:090-1581-6347(17:00~22:00) ※つながらない場合は留守電にメッセージを入れてください。

※食事や栄養に関する質問や悩み事などありましたら、申込フォームに記入するか、問合せ先へ連絡ください。