

主催：JAやまがた



農業のために 地域のために 明日のために
JA 共済の
地域貢献活動

やまがた地産地消 スポーツ飯 セミナー2025

食のプロが地域のチームにお伺いします!!

正しい食の知識を学んで、 スポーツで勝てる身体を作ろう！

講師

玉利 紗綾香 先生

職業

料理家、栄養士、スポーツ栄養学講師
フードコーディネーター
JAやまがたアンバサダー

経歴

シブシブジャパン退職後、料理家 浜内千波先生の下で修業。後、フリーランスで料理家として独立。現在、テレビ、CMのフードコーディネーター、料理書籍、料理雑誌を中心活動中。



Q

- ・スポーツに必要なエネルギーを吸収するには何を食べればよいの？
- ・身体を大きくしたい！成長期の食事のポイントってなに？
- ・試合の前や後に何を食べるとよいの？
- ・講義の他に料理教室をお願いしたい!!

A

チームのご要望に応じた講義を実施いたします!!

料金

無料

(講師料は無料ですが、会場準備および会場費は申込者団体でご対応ください。その他費用については、要相談。)

日程

申込期間：令和7年7月1日～8月20日

抽選発表：8月下旬

実施期間：9月～1月

※申込団体が多い場合は抽選

対象

山形市・上山市・中山町・山辺町の小学生・中学生の
スポーツ少年団、クラブ、部活動



お申し込みから開催までの流れ

1. 申込み

必要事項をご記入のうえ、
FAX・郵送・メールにて申込
ください。

申込団体が多い場合は抽選
とさせていただきます。

申込期限厳守!!



2. 日程調整

申込いただいた内容をもとに
講師と相談いたします。

日程・時間・詳しい内容など
打ち合わせを行います。



3. 講座開催

日程・時間などが決定しまし
たら出張講座の開催です。

当日は、会場準備・受付・
司会などの運営業務を
お願いいたします。

