

新刊案内

実用書、栄養学 ご担当者様

10月下旬
取次搬入予定

いつも大変お世話になっております。
ご発注よろしく申し上げます。

フリー入帖出版社 女子栄養大学出版部

小・中学生のスポーツ栄養ガイド

スポーツ食育プログラム 改訂版

スポーツをする子どもに体育や食育を指導されるかた、学校の栄養士や体育の先生をはじめ、保護者の皆さんにもすぐに役立つ「スポーツ食育プログラム」。子どもの発達、スポーツのタイプ別献立例、スポーツ医学、試合のときの食事、運動中の水分補給など子どものスポーツで知りたい情報をこの1冊で網羅。Q&A形式でわかりやすくご紹介。

本書のポイント

- 1) **スポーツのタイプ別食事アドバイスも充実**
持久力系（陸上長距離、水泳、スケートなど）、瞬発力系（陸上短距離、柔道、体操など）、混合系（サッカー、バスケットボール、バレーボールなど）などスポーツの種目別に合わせた食事のとり方や配慮すべきポイントを紹介。
- 2) **子どもを対象としたスポーツ栄養の解説書！**
子どもの食育（食事指導）と体育（スポーツ指導）を結びつけた「スポーツ食育プログラム」の調査研究の成果をもとに紹介。朝食の重要性や、睡眠のたいせつさ、水分補給の仕方、サプリメントの考え方など、子どもに伝えたい「スポーツ食育」情報が満載。
- 3) **置くだけで食事バランスが整うランチョンマットと子どももわかりやすい動画つき！**
イラストのとおり食事をおけば栄養バランスが整うランチョンマットは、保護者が献立を考えるさいにも役立つ。食のたいせつさを学ぶことができる動画は、授業の教材としても活用いただけます。



【監修】

公益財団法人 **日本スポーツ協会**

樋口 満 早稲田大学 スポーツ科学学院 名誉教授

書店印 ご担当者様	条件 新刊委託	小中学生のスポーツ栄養ガイド 改訂版				
		新刊委託注文締切日：10月21日（火）				
		監修 日本スポーツ協会 樋口 満	定価（10%税込） 2,640 円	判型 B5 変型	ISBN 978-4-7895- 5141-0	ご注文数 冊
注文		【既刊】女子栄養大学のスポーツ栄養教室 ISBN 978-4-7895-5136-6 定価 1,430 円（税込）			冊	

ご注文はこちらまで⇒
女子栄養大学出版部

FAX 03-3918-5591 TEL 03-3918-5411