

令和  
7年度

# スポーツ指導者養成講座

## どなたでも参加できます!

### 今が大切! ジュニアアスリートの食事と栄養学

第1回

講師：山岸美恵子 氏

管理栄養士 スポーツキッチン長岡 代表



期日：令和8年3月5日木

定員：100名  
〆切：3月3日火

時間：19:00～20:30  
(開場 18:30)

無料

会場：魚沼市響きの森文化会館 小ホール



申し込みはこちら

#### 山岸美恵子 講師プロフィール

1963年 旧与板町生まれ、管理栄養士

2015年 競技特性に合わせた食事提供を行う『スポーツキッチン長岡』を創立。中越高校陸上競技部・野球部の食事管理と栄養指導を行い、自身もマラソンランナーとして活動中。

第2回

### ケガを防ぐ! ストレッチとテープングの正しい使い分け

講師：山本 潤 氏

スポーツトレーナー、メンタルトレーナー、  
魚沼市スポーツ推進審議会委員



期日：令和8年3月24日火

定員：100名  
〆切：3月22日日

時間：19:00～20:30  
(開場 18:30)

無料

会場：魚沼市響きの森文化会館 小ホール



申し込みはこちら

#### 山本 潤 講師プロフィール

パワーリフティング年代別日本チャンピオン。息子も18歳以下の部にて優勝し親子での日本一を達成。超人親子として注目される。この夏、甲子園に出場した中越高校野球部をはじめとして、原田メソッドを共有してフィジカル指導にあたる各チームが全国にて活躍していて「目標達成は技術」という原田メソッドの真髄を証明し続けている。

主催：魚沼市教育委員会事務局

お問い合わせ：生涯学習課社会体育係 電話 025-793-7480 Eメール：syogaigakusyu@city.uonuma.lg.jp