

# 教育普及 & 食環境整備 スポーツ栄養セミナー 及び レシピ作成

茨城県神栖市観光振興課  
(スポーツツーリズム推進室)

神栖市は、スポーツの合宿や大会が盛んに行われており、スポーツツーリズムを推進しています。アスリートに向けた「食のおもてなし」の環境を整えるため、宿泊施設や飲食店に向けた栄養指導やレシピ開発を担いました。

## スポーツ栄養セミナー

スポーツの栄養に関する知識を持った方が増えることにより、「スポーツのまち、神栖市」としての強みを作ることを目的に、主に宿泊施設や飲食店の事業者に向けて、アスリートに必要な栄養を補える献立の組み方や食材についての講習及び調理実習を全3回実施しました。

参加者数 講習 43名 実習 12名

## レシピ作成

神栖市のスポーツツーリズムの環境整備の一つとして、スポーツ合宿の受け入れ体制強化の一環として、アスリートに適したレシピ及びお弁当メニューの開発を行いました。

神栖市でとれる、イワシ、サバ、シラス、ピーマンも使用。それぞれのメニューごとに、栄養学視点のコメントと写真を撮影してデータを納品しました。

(次年度に、神栖市にて卓上媒体を作成)

