

令和8年度「スーパー讃岐っ子シニア事業」

第1回共通プログラムを実施します！

- 1 日 時 令和8年8月29日（土） 18：00～20：00
- 2 場 所 宇多津町民体育館（綾歌郡宇多津町 815-1）
- 3 参加者 スーパー讃岐っ子シニア生（13期生～15期生）・保護者の希望者
スーパー讃岐っ子16期生・保護者
- 4 内 容 講義・演習
 - 『食育フード模型 「SAT システム」を用いた食事診断』
SAT システムを活用し、自分の食生活の改善策や食生活の望ましいあり方を考える。
 - 『骨密度の測定』
骨密度を測定することにより、成長期である現在の骨の状態を確認し、それをもとに骨の形成への理解を深め、より良い食習慣形成に役立てる。
 - 『ヘモグロビン測定』
激しい運動をする中学生は、一般の生徒より鉄分を消費しやすい。血液に含まれるヘモグロビン推定値を知ることにより、自分の体の状態を知り、スポーツ貧血や鉄欠乏を防ぎ、必要な食事や自己管理能力を身につける。

※ 講師 香川短期大学 食物栄養学科 教授 かきふち 垣湊 なおこ 直子氏

【スーパー讃岐っ子育成事業とは】

県内の小学校3、4、5年生を対象に募集し、書類審査や体力測定により選ばれた、優れたスポーツの素質を有する子どもたちを小学校卒業まで育成する事業です。平成21年度から開始し、18年目となりました。関係団体と連携・協力を図りながら、専門的な指導者によるさまざまな育成プログラムを行い、将来、日本や世界で活躍し、夢や感動を与えることができるアスリートをめざします。また、子どもたちに様々なスポーツへの出会いと体力向上の機会を提供します。小学校卒業後、中学3年生までを対象に、讃岐っ子シニア生として年間3回の共通プログラムを実施しています。