



北海道女性アスリート医科学支援ネットワーク
(秋山記念生命科学振興財団ネットワーク形成事業助成)



医療法人
新札幌整形外科病院
SHIN-SAPPORO ORTHOPAEDIC HOSPITAL

健康&栄養トークイベント

すこやかに強く! しなやかにたくましく!

からだチェック

in

BiViPARK

司会 フリーアナウンサー 藤原佐智さん



日時 5月11日 **土** 12:00~17:00

場所 BiVi新さっぽろ 2階BiViパーク
(厚別区厚別中央1条6丁目 新札幌駅直結)

トークや体験がもりだくさん!



自律神経のバランス
はかってみよう!
メンタルチェック
12:00~17:00

担当:吉田聡美 スポーツメンタルトレーニング上級指導士
オリパラ強化選手心理サポート



きみのごはんは
どんなごはん?
栄養バランス評価
12:00~17:00

担当:蜂谷愛 公認スポーツ栄養士・強化選手栄養サポート
天使大学看護栄養学部講師



からだチェック!
体組成
&
運動機能評価
12:00~17:00

※混雑状況により、整理券配布により対応させていただく場合がございます ※トークショーの間、中断させていただく場合がございます

《TIME TABLE》

14:00~
14:10

Fビレッジ整形外科スポーツクリニック紹介
新札幌整形外科病院院長 笠原靖彦

14:15~
14:25

ミニトーク 健やかに向き合うウィメンズスポーツ
新札幌整形外科病院医師/北海道女性アスリート医科学支援ネットワーク 後藤佳子

14:30~
15:00

栄養トークショー ~食べる元気は 心の元気~
フリーアナウンサー/アスリートフードマイスター 佐藤麻美さん

15:00~
15:25

トークセッション
佐藤麻美さん×スポーツドクター×スポーツ栄養士

16:00~
16:30

体験!すぐできる「パワーポジション」
スポーツや動きに大切なコンディションニングのポイントをギュッと濃縮
FIT BODY LAB代表/北海道日本ハムファイターズアカデミートレーニングコーチ 大日向純

16:30~
16:40

ご挨拶
新札幌整形外科病院院長 笠原靖彦

ゲストスピーカー 佐藤麻美さん



HTBの深夜番組「おにぎりあたためますか」で16年間MCを担当。タレントの大泉洋、戸次重幸とともに全国を食べ歩きその数は約900軒にのぼる。
2019年にフリーアナウンサーに転身。司会やモデレーター、トークショーをはじめ、CMやテレビなど多岐にわたり活動中。
食に関わる分野でも積極的に活動を広げ、野菜ソムリエプロやアスリートフードマイスター3級など食に関する資格を多数有する。

書籍:「食いしん坊アナウンサー佐藤麻美の野菜で2週間ダイエットレシピ」(ブティック社)



satomami_official



@satomami_smile

主催・共催

医療法人新札幌整形外科病院
Fビレッジ整形外科スポーツクリニック
<https://www.ssoh.or.jp/>



北海道女性アスリート医科学支援ネットワーク
<https://fe-as.pd-r.org/>

