

第70回 日本栄養・食糧学会大会 関連学術集会
スポーツ栄養学研究会

日時 2016年5月14日（土）18:00～20:00

会場 武庫川女子大学中央キャンパス H会場（S-21）

内容 鉄栄養と運動・スポーツ

演者 松本 恵（日本大学）

大学生アスリートの貧血予防・改善のため行っている栄養サポートについて、血液検査や食事摂取内容、身体活動量のデータから、その効果を検証するとともに、サプリメントの併用や、非侵襲性のヘモグロビン測定器の活用について利点と問題点を紹介したい。

演者 藤井 嵩子（順天堂大学・大阪体育大学）

アスリートには貧血が少なくないため、一般の人よりも鉄を多く摂取することが勧められている。このことについて、鉄の吸収や体内での利用に対する運動の種類や食事の摂取タイミングの影響を見ながら考えたい。

代表者 岡村 浩嗣（大阪体育大学 運動栄養学研究室）

連絡先 590-0496 大阪府泉南郡熊取町朝代台1-1

TEL 072-453-8839 FAX 072-453-8818 E-mail okamura@ouhs.ac.jp