



がんばる君を、ごはんで応援！！

～強いからだと豊かなこころの育み方～

講師

スポーツ料理研究家
村野 明子さん



「今日は何をつくろうか？」限られた時間や食材の中で栄養を考えると頭を抱えてしまうことはありませんか？
そんなお悩みも解決する、家族の日々の食事を応援するお話です◎

2026年（令和8年）
日時 **1月25日（日）**
13：30～15：00
（開場12：30）

会場 **福山市立大学研究棟1階
大講義室**
福山市港町2丁目19番1号

定員 **300名（申込先着）**
参加費無料 手話通訳あります

～講師紹介～

化粧品会社に勤務後、結婚を機にコンサドーレ札幌、ヴィッセル神戸、セレッソ大阪で19年間寮母を務める。

現在は、横浜F・マリノスのアカデミー生約100人の選手たちに主婦目線を大切にし、選手たちのからだ作りを完全サポート。

ワンプレートで見た目も鮮やかな、バランスの良い食事を心がけている。コンセプトは「毎日の献立をカンタン、オイシク、タノシク。」

選手やスタッフから「毎日食べても飽きない味」として親しまれている。

テレビ「ウワサのお客さま（フジテレビ）」の出演や、新聞・雑誌へのレシピ掲載などで活躍中。



二次元コードまたは福山市ホームページからお申込みください。

申込期間：2025年（令和7年）12月1日～

2026年（令和8年）1月23日 17:00まで

ホームページでの申込みが難しい方は電話で受け付けいたします（福山市健康推進課）

☎ 084-928-3421

受付時間 8：30～17：15
（土日祝日、年末年始を除く）



交通アクセス

〒721-0964 広島県福山市港町2丁目19番1号
福山市立大学研究棟1階 大講義室

■市内路線バスを利用する場合

中国バス

福山駅2番乗り場

手城経由鋼管病院行

⇒「手城入口」で下車、徒歩2分

中心部循環路線 まわローズ

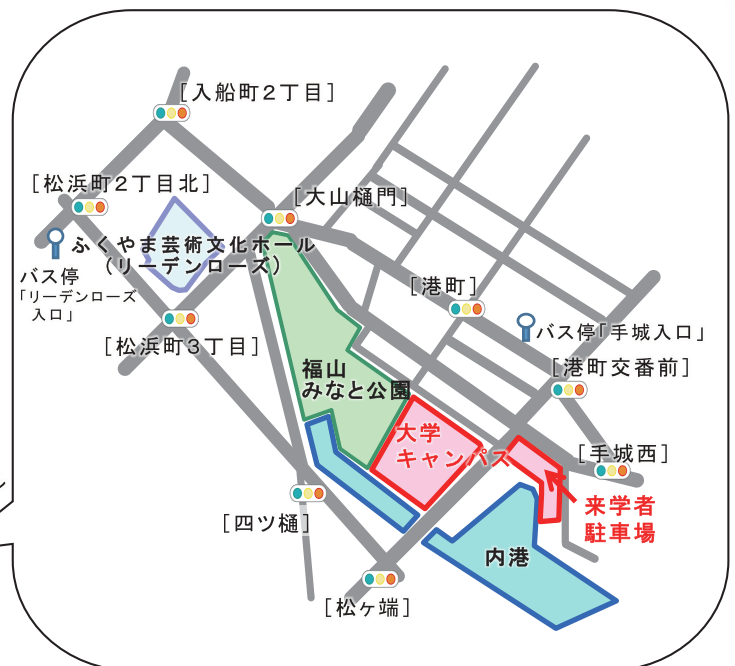
福山駅10番乗り場

⇒「リーデンローズ入口」で下車、
徒歩10分

■自家用車を利用する場合

大学から市道福山港沖野上線を
挟んで東側（12：15解錠予定）

- ・ 駐車スペースには限りがあります。
なるべく路線バスなどの公共交通機関を
ご利用ください。
- ・ 大学建物に隣接している駐車場や
周辺商業施設への駐車はご遠慮ください。



お問い合わせ

福山市健康推進課（福山市三吉町南2丁目11-22）

TEL 084-928-3421