



# 元横浜高校野球部 寮母 渡邊元美 講演会

多くのプロ野球選手を食から支えた  
「母」が語る  
成長期のアスリートの  
食事と栄養の  
基本

参加  
無料

令和7年 2月24日(月祝) 10:00~11:30

会場 ヴェルクよこすか 6階ホール

講師 渡邊元美 元横浜高校野球部 寮母



渡邊元美 (わたなべ・もとみ)

元横浜高校野球部寮母、管理栄養士  
関東学院大学栄養学部客員教授

横浜高校野球部の寮母を22年間にわたって務め、多くのプロ野球選手らを食事の面から育て上げた。父親は元横浜高校野球部監督の渡邊元智氏。長男はプロ野球楽天の渡邊佳明選手。現在は、栄養指導と食事の監修を行う会社の代表取締役。著書:「甲子園、連れていきます! 横浜高校野球部食堂物語」(徳間書店) インスタグラムは、omusubi.48

## 要事前申込

横須賀市スポーツ振興課へ  
メールでお申し込みください。

pe-bes@city.yokosuka.kanagawa.jp



- 題名 渡邊元美講演会参加希望
- 本文 氏名・参加人数

※定員(180名)に達し次第、募集を終了いたします。  
※お申込みを受け付けた旨の返信は致しかねますのでご容赦ください。

横須賀市スポーツ振興課内 横須賀市スポーツ協会事務局  
〒238-8550 横須賀市小川町11番地  
Tel.046-822-8493 Fax.046-824-3277

- 主催 横須賀市スポーツ協会
- 共催 一般財団法人シティサポートよこすか