



ふりがな あだち みずほ

お名前 安達 瑞保

ご所属先 日本体育大学 児童スポーツ教育学部

公認スポーツ栄養士資格取得年

2010

年 活動拠点

神奈川・東京

普段のお仕事やスポーツ栄養に関わる活動内容を簡単に教えてください。

大学では食育、スポーツ栄養学の授業を担当しています。スポーツ栄養としては、大学生選手やジュニア選手に対する栄養サポートを行っています。

スポーツ栄養活動の中で得意なことは何でしょうか？ あなたの指導の売りは何？

自分では気が付きませんでした。選手やスタッフの顔や名前を覚えるのが早いみたいです。

今、スポーツ栄養士として一番やりたいこと、やってみたいことは何でしょうか？

大学の食環境整備です。教育的な役割や状況に応じた理想的な栄養補給を可能にするだけでなく、美味しく、大学生生活の思い出にもらえるような食事・補食提供を目指したいです。

好きな食べ物や、最近おすすめの美味しい物を教えてください。

- tomato-ume : 和歌山県みなべ町のデザート感覚の梅干し
- あかずきんちゃん : 北海道秩父別町の果汁100%トマトジュース
- 焼団子 : 東京都馬喰町にある「亀屋大和」さんのみたらしのお団子

2015年1月15日