



お名前 銅城 順子

ご所属 (公財)大分県地域成人病検診センター 健康教育部 健康増進課

公認スポーツ栄養士資格取得年

2009年

活動拠点

大分県

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。

通常は人間ドック等の健診者を対象に栄養・食事指導を実施。企業等にも出掛け事後指導や特定保健指導も実施。スポーツ医科学委員として国体選手や多くの競技選手への栄養指導・サポートに関わる。

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？

必要な栄養素を、どんな食材で、どの様に調理して食べると効果的に栄養補給が出来るかについて「旬の食材」「調理方法」を提案すること。出来るだけ簡単・手軽に出来て栄養補給をして貰う事。

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？

なかなか現実には難しいのですが、食事環境が整っていないスポーツ選手に、ちゃんとした食事提供をしてあげたい。(下宿生や寮生など)

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。

好物は、魚全般。特に大分県は新鮮で美味しい魚介類が豊富にありますので是非皆さんも食べてみてください。杵築ハウスマカンや安心院のぶどう等これからが旬の時期になります。

2014年 7月 7日