



お名前 遠藤 良江

ご所属 コンフィエンス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2011年

活動拠点

埼玉県

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。

病院などの医療分野、栄養専門学校講師、委託会社等を経て5年前からフリーで活動しています。企業や市町村等で講演や運動指導をしています。また埼玉県でスポーツ栄養研究会を発足し、今年度から研究会のメンバーで早稲田大学高等学院ラグビー部の栄養サポートを始めました。

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？

これといって得意と言えるものはありません。スポーツ栄養とはかけ離れるかもしれませんが、私の一番目指している事は何事においても楽しんでほしいし、自分も楽しんで何事にも取り組む事です。

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？

東京オリンピックに出る選手の栄養サポートです。

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。

大好物はスイカです。  
品川駅構内の「満」という天然酵母のパン屋さんの豆パンとクリームチーズ入りのくるみパンです。

2014年 7月 23日