



ふりがな ふくたか せいこ

お名前 福高 聖子

ご所属先 倉敷市教育委員会 学校教育部 保健体育課

公認スポーツ栄養士資格取得年

2016

年 活動拠点

岡山県

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。

普段は教育委員会にて、小中学校における学校給食の運営や食育の推進にかかわる仕事をしています。そして、県や市のスポーツ振興課・体育協会・生涯学習課・学校等と連携し、スポーツ栄養の講演会を行っています。また、高校テニス部等の栄養サポートをしています。

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？

小中学校・高校での勤務経験を活かして、ジュニアアスリートへの指導をしています。子どもたちの身近にある学校給食や、教科等での学びを取り入れて、より実践しやすい形で子どもたちや保護者に伝えています。また、行政と連携することで、広くスポーツ栄養の普及に努めています。

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？

行政の立場を活かして、地域にスポーツ栄養士・スポーツ栄養を広めていきたいと思います。特にジュニアアスリートやその保護者・指導者への普及に努め、より身近な存在として選手をサポートしていきたいです。そして、何らかの形で2020年東京オリンピックに携わりたいと思っています。

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。

岡山県は晴れの国、フルーツ王国として有名です。清水白桃やマスカット、ピオーネなどおいしい果物がたくさんあります。特に、皮ごと食べられるシャインマスカットが好きです。また、新鮮な果物をたくさん使った岡山フルーツパフェや倉敷アフタヌーンティーも楽しみの一つです。

2018年8月23日