



ふりがな かやば かよ

お名前 萱場 佳代

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2012

年 活動拠点

新潟県

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。

専門学校の講師、企業の特定保健指導、スポーツ栄養や食育等の講演活動、また、スポーツ栄養や食物アレルギーや薬膳等の料理教室などをおこなっています。

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？

料理教室の仕事が多い中で培った、旬の食材を使って簡単で美味しく、体調や目的に合わせて効果的に栄養補給できるように、提案することです。 優しくわかりやすく！

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？

アスリートだけでなく、スポーツを楽しんでいる子どもからシニアまで、頼りにしてもらえるようなスポーツ栄養士でありたいです。 東京五輪に向けて、地方でできることに関わっていきたいです。そして、全国の公認スポーツ栄養士の方々とつながっていけたらいいなと思っています。

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。

四季を通して、米・野菜・魚・肉・果物・酒など新鮮で美味しいものがたくさんあり、東京出身の私にとって「食の幸せ」を感じています。新潟ならではの雪室ブランドの珈琲・豚肉・日本茶も美味しいです。バレンタインデー生まれの私は、チョコレートも大好きです。

2017年 7月 5日