



ふりがな ながさか さとこ

お名前 長坂 聡子

ご所属先 日本スポーツ振興センター マルチサポート事業
(公財)日本陸上競技連盟普及育成委員会/食育プロジェクト

公認スポーツ栄養士資格取得年

2011

年 活動拠点

東京都

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。

日本陸連では陸上競技を行っている小学生から高校生のトップ選手を対象に栄養セミナーや合宿帯同などを、また、マルチサポート事業では男子短距離(リレーナショナルチーム)日本代表選手の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？

選手それぞれの性格をじっくり観察し、程よい距離感でコミュニケーションをとるよう心がけています。

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？

現場で栄養サポートをする際活用できる、日本人を対象としたデータなどに関して調査・研究をし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。

おにぎりをよく作るので、美味しそうなふりかけやおにぎりに合いそうな具材をつい探してしまいます。

2014年12月10日