



ふりがな さくだ まさこ

お名前 作田 雅子

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2013

年 活動拠点

神奈川/東北

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。

体育大学での非常勤講師やチーム・学校でのスポーツ栄養セミナーを行っています。
その他、行政や生産者と食を楽しめる感性を育む取り組みを行っています。

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？

対象者に合ったプログラムを作成することです。

※体験・セミナー・インタビュー形式や調理実習・買い物実習等、他職種と連携をしながら選手自身の意識・行動変容率を高めます。

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？

他職種と連携して、「食べるのが楽しい！」と感じる感性を育む体験型サポートを(主に)ジュニア選手を対象に継続的に行い、食で苦しむ選手を減らす活動をしたいと考えています。

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。

好きな食べ物は、どんなおかずとも相性の良いお米です。

おすすめは、「愛農ナチュラルポーク」という全寮制の農業高校・養豚部の生徒が育てた豚肉です。
なかなか手に入りませんが、不思議な美味しさがあります。