



ふりがな しずま かよこ

お名前 静間 佳代子

ご所属先 株式会社キャリアビジョン

公認スポーツ栄養士資格取得年

2013

年 活動拠点

福岡県

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。

栄養業務は、高等学校や専門学校の非常勤講師、企業の社員食堂の監修、スポーツ栄養等のセミナー、選手のサポート、又福岡県タレント発掘事業(食育)、福岡県体育協会スポーツ・医科学委員会委員等をさせて頂いており主に県内の小学生から高校生の指導にも関わらせて頂いています。

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？

実業団女子長距離選手の専属スタッフをしていたこともあり、現在もランナーのサポート(減量)が多いです。選手個々の環境や状況に合わせて、周りのサポートスタッフとコミュニケーションをとりながら実行可能な毎日の美味しい食事の提案で競技力向上に役立にたて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？

福岡県選手団の遠征先での食環境の整備、又県内の幅広いスポーツ栄養のニーズに応えていけるよう、栄養士と関連職種で連携してサポートできる体制を整えていければと思っています。

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。

好き嫌いなく美味しいものはなんでも食べ過ぎる位ですが、特に自社で扱っている九州・山口の新米(玄米)と塩昆布を混ぜ有明海産海苔で巻いたおにぎり(米少な目海苔多め)が好きです。おすすめは「鹿肉」…赤身肉で栄養豊富な上、柔らかくとても美味しいです。(牛よりも！)

2017年 3月 29日