



ふりがな たつた わかこ

お名前 辰田 和佳子

ご所属先 株式会社 wacca.

公認スポーツ栄養士資格取得年

2010

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。

以前は、トップアスリートの栄養管理・食教育を行っていました。現在は、その経験によって重要性を感じた、指導者、スタッフやジュニア選手への教育活動に力を入れています。その他、競技団体の医科学スタッフ、企業のコンサルティングなどを行っています。

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？

理論を実践に生かせるように、具体的な提示や、わかりやすい資料作成を心がけています。当たり前のことですが、食事だけではなく人を見るようにしています。

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？

実践活動を客観的に評価すること。実践活動により得た調査研究結果をまとめること。競技者だけでなく、多くのスポーツを楽しむ方たちの健康づくりに貢献できるといいなと思います。

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。

とりたて野菜。菜園で野菜作りをしていますが、とりたてはみずみずしく美味しいです。特にカブは格別です。

2015年 1月 17日