



ふりがな よねやま あやか

お名前 米山 綾香

ご所属先 (株)NEC ライベックス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2013

年 活動拠点

富山県

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。

普段は社員食堂の栄養士として、献立作成、厨房業務、経理業務、接客などを行っています。スポーツ栄養に関わる活動としては女子バレーボールチームのサポート、高校運動部への講習、ミニセミナー等をさせて頂いています。

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？

目で見てわかるように、また講習内においてもできるだけ参加型にして飽きないように(笑)講習終了後に何か一つでも頭、心に残るように…と心がけています。

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？

3人の子供がいますが、小学1年生の息子が最近サッカーをしたいと言い始めました。自分の息子へもですが同年代の子を持つ方々へも何かできればなあと思います。周りによく言われるのですが、もう少し自身のスポーツ栄養士アピールができればと思います。

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。

バイ貝が大好きです。刺身、塩焼き、煮物とありますが刺身のコリコリ感はたまりません。また親鳥が大好きで地元徳島に帰ると立ち寄るお店の‘親鳥の炭火焼’柚子胡椒を添えて食べるのが最高です。

2017年 11月 24日