



お名前 吉岡 美子

ご所属 青森県立保健大学健康科学部栄養学科

公認スポーツ栄養士資格取得年

2009年

活動拠点

青森県・岩手県

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。

現在は青森県の管理栄養士養成施設で応用栄養学、栄養教育論の講義・実習および栄養教諭関連科目を担当しています。青森県内では主に高校生を対象にしたサポート、岩手県ではタレント発掘育成事業で、栄養面を担当しています。

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？

タレント発掘育成事業で日誌チェックをしていますので、短時間で指導コメント記入や、対象者に合わせた主食量を計算することなど。理論だけでなく、調理実習や演習を通して実践的な指導を心がけています。

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？

タレント育成事業で現在、関わっているキッズたちがオリンピックに出場してくれたらうれしいです。

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。

最近、久しぶりに美味しい「あさり」のみそ汁を食べて気づきましたが、「あさり」です。それから、ラーメン。ジュースよりビール、日本酒。青森はおいしい魚と日本酒がありますから、皆さん、ぜひいらしてください。

2014年7月7日