



ふりがな よしたに かよ

お名前 吉谷 佳代

ご所属先 パワーニュートリション

公認スポーツ栄養士資格取得年

2010

年 活動拠点

兵庫県

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。

関西を中心に実業団バレーボールチームをはじめ、プロボクシング選手、プロレス選手の栄養サポートを行っています。また、スポーツ雑誌や書籍の執筆やレシピ作成、企業の研究開発のお手伝いなども行っています。

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？

10年近くスポーツサプリメントの研究開発に携わってきましたので、現場で選手が使っている一般的に市販されているサプリメントから、かなりマニアックなものまで知り尽くしています。そのため、食事だけでなく、スポーツサプリメントやドリンクの正しい使い方を指導できる点が売りです。

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？

スポーツ栄養士の認知度を上げ、マーケットを大きくすること。スポーツの現場だけでなく、色々な切り口で活動拠点を広げていくことが目標です！

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。

- Best1 芦屋軒の「神戸牛しぐれ」ごはんが何杯でもいける選手にも人気の王道ごはんの友！
- Best2 梅林堂(長野)の「万次の石仏もなか」ゴマとクルミ餡が絶品！見た目もキュート！
- Best3 地元豊岡市名物「あご板」あご(=太刀魚)の蒲鉾。日本酒、ビール何でも合います！

2014年10月14日