



ふりがな はせがわ ひろゆき

お名前 長谷川 尋之

ご所属先 松本大学

公認スポーツ栄養士資格取得年

2012

年 活動拠点

長野県

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、長野県の大学で管理栄養士や健康運動指導士、体育教員を目指す学生のスポーツ栄養学の講義を担当しています。また、学内の選手や地域の選手を対象に栄養学科の学生とともに栄養サポートをしています。

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？

大学院時代に培ったスポーツ科学の基礎と社会人時代のインストラクターの現場経験を活かして、運動と栄養の両面について、科学的な知見を現場に取り入れやすい形で伝えることを意識しています。

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？

自分自身が多くの諸先輩方に道を示していただいたように、多くの学生や若いスポーツ栄養士がスポーツ栄養の現場に関わっていけるような土壌づくりをしたいと考えています。

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。

長野県は農産物全般おすすめですが、県外から来た身としては「蕎麦」を外せません。それぞれの店にこだわりがあり、どこで食べても美味しいですが、好みによって賛否が分かれ、色々な店を食べ比べしています。

2019年 3月 12日