



ふりがな にゅうや なおみ

お名前 入谷 尚美

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2011

年 活動拠点

岡山県

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。

岡山県を中心に、スポーツ選手（現在ナショナルチーム所属）、高校生・大学生の運動部に所属する選手の栄養サポートを行っております。
また、企業様へのレシピ提案なども行っております。

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？

選手が実践できるように提案方法を工夫することです。近隣のお店にある食材、商品を把握し、色々なパターンで、季節や体調に合わせて必要な情報を話せるようにしています。
質問しやすい環境作りを心がけています。

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？

オリンピックに向けて、多職種との連携をさらに強化していきたいです。
そして、私自身中学生の頃に、無理な食事制限による減量を行ったため、成長期における食事の重要性をさらに広めていきたいです。

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。

きびだんごの白桃味！スポーツきびだんご 塩レモン味も、あっさりしていて食べやすいです。
牛窓オリーブ園のオリーブオイルや、ドレッシングがとても美味しく、地元の野菜と一緒に食べることが楽しみのひとつです。

2019年 2 月 22 日