



ふりがな おざわ まき

お名前 尾澤 真紀

ご所属先 日本ゼネラルフード株式会社

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018

年 活動拠点

愛知県

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。

アスリート事業所の献立調整や栄養情報資料の作成などを行っています。その他、社員食堂の巡回、健康イベントの実施やブース作成なども行っています。個人では、中高生の部活動やスポーツ少年団にて栄養サポートや食育活動をしています。

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？

栄養新聞など媒体資料の作成です。見てわかりやすだけでなく、対象者に合わせて使用するフォントやイラスト、情報の内容など工夫し、『心をつかむ資料』となるよう意識しています。最近では、デザイン本を読んだり、可愛いPOPを集めたりしています。

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？

現在行っている地元のジュニアアスリートへの食育を広めていきたいです。そして今まで関わらせていただいたジュニアアスリートがいつかオリンピックなど世界を舞台に活躍するときにサポートできたら最高です！

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。

新鮮で美味しい魚介類です。祖父と一緒に海釣りに行くようになり、初めは苦手な魚捌きも今では少しはできるようになりました。

2019年 6月 10日