



ふりがな さかもと あさみ

お名前 坂本 麻美

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2015

年 活動拠点

福岡県

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。

アスレチックトレーナー養成の専門学校で非常勤講師としてスポーツ栄養学の授業を担当しています。また、福岡県タレント発掘事業の食育にも携わらせていただいています。栄養の講習会や栄養相談等も行っています。

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？

長年病院の管理栄養士として働いていたこともあり、様々な環境、状況の方々への献立や食事の提案、栄養相談を数多く経験してきました。また、相手(選手など)がちゃんと理解し納得した上で行動に移してもらえるよう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？

自身が学生時代にハードな部活動でエネルギー不足に陥っていた経験もあり、成長期の栄養の大切さをもっと広めていけたらと思います。また、多職種で連携して選手のサポートをしていく経験をもっとしていきたいなと思います。

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。

福岡県は美味しいものが沢山ありますが、その中でも特にもつ鍋が好きです。福岡ではスーパーにも「牛もつ」が売っているので、冬は家庭でもよく作ります。残ったスープにメで入れるちゃんぽん麺も大好きです。

2022年 8月 22日