



ふりがな ごとう みな

お名前 後藤 美奈

ご所属先 竹田市役所

公認スポーツ栄養士資格取得年

2014年

活動拠点

大分県

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。

乳幼児から高齢者まで全世代を対象とした食育推進や住民の健康づくりをサポートしています。医療機関でも働いていた経験があり、ジュニア選手のメディカルチェックや栄養サポートを行っていました。

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？

選手それぞれの強みや性格、コンディションなど観察しながら、よい距離感で選手に寄り添えるよう心がけています。

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？

現在はスポーツ現場から離れていますが、またいつかご縁があればこれまでの経験を生かして選手・チームへ栄養面から貢献したいです。

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。

大分県の特産品、「かぼす」です。実家にかぼすの木があり、祖母や母がよく料理に使っていました。子どものころはあまり好きではありましたが、今ではかぼすの美味しさがわかるようになり、料理に使ったり、ジュースにしたり、フル活用しています。

2024年5月31日

濱本祐子さん(埼玉県)から後藤美奈さん(大分県)の紹介コメント



後藤さんとは、日本陸連の栄養士会で知り合い、今ではメンターのような大切な存在です。実践活動では、女性アスリートやジュニア選手へのサポート経験が豊富で、研究でも成果を出されています。明るく気持ちを高めてくれる、魅力的な人です！