



ふりがな きら あきよ

お名前 吉良 明代

ご所属先 フリーランス

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。

大分県スポーツ協会医科学委員会メディカル部会員、スポーツ整形外科非常勤勤務など行政や医療機関と連携し、スポーツ栄養についての啓発活動を行っています。  
現在は高校ラグビー部にチームスタッフとして関わっています。

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？

急性期・回復期病院勤務などを経て、在宅訪問管理栄養士の資格を有し、アスリートに限らず成長期から高齢者まで年齢・性別を問わず各ライフステージ合わせた栄養マネジメントを提供できます。

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？

スポーツ栄養士として活動する管理栄養士の人材育成

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。

大分の銘菓「ざびえる」はスポーツ選手の補食としても最適です！

2024年6月30日

後藤美奈さん(大分県)から吉良明代さん(大分県)の紹介コメント



公認スポーツ栄養士養成講座で知り合ってから以来、様々な相談をさせていただいています。明代さんの探求心や、新しいことへチャレンジし切り開いていく力がすごく、いつも良い刺激をいただいています。