



ふりがな さいとう こうじ

お名前 齊藤 公二

ご所属先 新潟市立桃山小学校

公認スポーツ栄養士資格取得年

2016年

活動拠点

新潟県

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。

栄養教諭として小学校に勤務しています。また、東南アジアやアフリカの学校給食・食育に関するプロジェクトに携わっています。

高校女子バスケットボール部のサポート、県内スポーツ協会等へのスポーツ栄養講習会を行っています。

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？

これまで合計 16 年間中学校に勤務してきた経験から、中学生への指導が得意です。また、スポーツ栄養マネジメントを基にした学校における個別的な相談指導(外国人への指導や偏食・肥満・痩身指導等)がウリです。対象児童生徒の今だけでなく未来を考える指導を心がけています。そして情熱をもって向き合います。

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？

食と農とスポーツの循環です。私の住む町でも農家の人手不足が深刻です。そこでオフの日に選手が農家での収穫を手伝い、報酬として収穫した野菜やお米をいただいたりしています。それをチームや個人で食べる。選手の食育にもなり win-win の関係です。これを行政や企業を巻き込み、仕組みにしていきたいと考えています。

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。

パクチーが好きすぎて自分で育てています。パクチーは根・茎・葉・花・種の全てが食べられるので、それぞれの味の違いを楽しんでいます。特に花が美しく、白色の花は料理の彩りとしても重宝します。香りも強いので、パクチー好きにはおすすめです。

2025年1月31日

岡庭大毅さん(東京都)から齊藤公二さん(新潟県)の紹介コメント



公二先生とは栄養教諭の仕事で一緒させていただいています。栄養教諭として食に関する指導も個別的な相談指導も高いレベルで実践されています。管理栄養士としてのバイタリティ、熱意、尊敬しています。