



ふりがな よしだ あゆみ

お名前 吉田 あゆみ

ご所属先 千葉市新港給食センター

公認スポーツ栄養士資格取得年

2015年

活動拠点

千葉県

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。

現在は、給食センターで約8000食の給食を作っています。学校給食の献立作成・衛生管理や食に関する指導を行っています。毎日食べている学校給食を中心とした栄養教育を行っています。

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？

小・中学校で勤務しているので、児童・生徒の気持ちに寄り添うことが得意です。  
学校給食を食の手本とし、バランスの良い食事の指導や給食の人気献立や簡単レシピの紹介をしています。

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？

小中学生のジュニアアスリートが、健康に成長し楽しみながらスポーツをするためのサポートをしたいです。「食」がコンディションやパフォーマンスと密接にかかわっていることを学び、自分の体と向き合いながらスポーツができるように、わかりやすく伝えていきたいです。

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。

好きな果物は、すいかと梨です。千葉県はすいかの産地の「八街市」や梨の産地の「白井市、鎌ヶ谷市、船橋市」などがあります。旬の美味しい果物を食べることができます。

2024年 8月26日

松葉(前田)絵美さん(熊本県)から吉田あゆみさん(千葉県)の紹介コメント



吉田さんとは共通の公認スポーツ栄養士仲間を通じてお知り合いになりました。  
学校栄養職員として食育活動を精力的に行っておられるそうです。