



ふりがな まちだ みか

名前 町田 美香

所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018

年 活動拠点

東京都

普段の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。

ジュニアから社会人まで幅広い年代の栄養サポートを行っています。  
これまでは、女性アスリートのサポートを中心に国内外の合宿帯同（調理を伴う）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？

スポーツ栄養の理論を料理、食事に発展させること。  
雰囲気づくりや雑談力。

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？

発育・発達期にあるキッズの栄養サポート  
海外に移住し、選手の食事提供を伴う栄養サポート

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。

好きな食べ物はお米。こだわりの米と塩で握った塩おむすびは最高です。  
おすすめは、自分で作っている野菜や生産者の見える食材や食品です。  
作っている人たちの想いも一緒に、感謝しながら頂いています。

2021年5月15日