

お名前 松島 佳子

ご所属 東海学園大学 健康栄養学部

公認スポーツ栄養士資格取得年

2009年

活動拠点

愛知県

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。

管理栄養士養成の大学の教員です。スポーツ栄養学や応用栄養学などの授業や、学部の卒業研究レベルですが研究指導を担当しています。機会は少ないですが、スポーツ選手を対象とした食事指導やセミナーも。

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？

指導媒体の作成は好きな作業です。食事の指導で、毎日食事を作り続ける面倒さと、毎日の食事の大切さのバランスをどうとるか(手の抜きどころ)についてお話をすると、ジュニア選手の家族では頷いてくれる方が多くいるように思います。

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？

選手の食環境を整える活動、例えば寮や学食などの運営などを含めたトータルな栄養管理や栄養教育。やるにはかなりの時間が必要となるので現実的には無理ですが、今の仕事を辞めたいわけではありません。念のため。

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。

好きな食べ物は美味しいもの、嫌いなものは不味いもの…という答えはダメですか。最近購入したスチームレス炊飯器で炊いたご飯がとても美味しいです。調理器具のおすすめになっています。

2014年 7月 15日