



ふりがな えみ まこ

お名前 恵美 真子

ご所属先 江崎グリコ株式会社

公認スポーツ栄養士資格取得年 2011 年 活動拠点 大阪府

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。

グリコ・パワープロダクションというスポーツサプリメントの営業・販売促進。チームに対しての栄養セミナーや、アメリカンフットボールや自転車(ロード)など、継続的に栄養サポートしているチームもあります。

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？

得意なことは、笑いの取れるセミナーを行うこと。売りは、サプリメントも手段の1つとして、正しく使いこなせること。対象者の年齢や生活環境に合わせて、食事のアドバイスと提案するように気を付けています。

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？

スポーツ栄養士の職域の拡大。現在、個人的に外食メニューの開発に携わっています。自分自身もいろいろなことに挑戦して、スポーツ栄養士の活動の幅を拡げ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。

No.1 馬刺し 主人の故郷熊本名産品、赤身がたまらなくおいしいです。鉄分豊富でアスリートにもおすすめです。  
No.2 メープルシロップエキストラライト カナダで食べて衝撃をうけてから、毎朝食べています。