



ふりがな いけうち ゆきこ

お名前 池内 夕起子

ご所属先 高松市立円座小学校

公認スポーツ栄養士資格取得年

2015

年 活動拠点

香川県

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。

栄養教諭として小中学生に対して給食管理と食に関する指導を行っています。スポーツ栄養を切り口にした集団指導やスポーツ栄養マネジメントの流れを意識しながら肥満等の個別相談を行っています。

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？

小中学生や保護者への指導が得意です。小中学生には毎日の学校給食と結び付けて、また、保護者には、自分の体験を踏まえ、それぞれの生活に合わせて、継続できる内容の提案を心がけています。

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？

中高生の栄養サポートの経験を活かし、望ましい食生活の実践につなげられるように、トップアスリートをめざす子供たちや、現在関わっている小中学生に対して必要な栄養サポートをしていきたいです。

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。

旬の野菜や果物です。香川県は日本一狭い県ですが、品質の良い野菜や果物を生産しています。春のアスパラガスや筍、ブロッコリー、トマト、セロリ、新玉ねぎ、はっさくなど・・・最高です。

2022年 4月 28日