



ふりがな きし まさよ

お名前 岸 昌代

ご所属先 東京家政大学 栄養学部

公認スポーツ栄養士資格取得年

2014

年 活動拠点

東京都

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。

ふだんは、大学の教員として、授業や研究を行っています。スポーツ栄養の活動としては、おもにダンススポーツの選手、バレエダンサーへのサポートを行っています。

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？

選手といっしょに考え、ゴールに導くよう心がけています。選手と共に走る伴走者のような存在でありたいと思っています。

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？

選手に限らず、さまざまなライフステージの対象者（「成長期の子どもの体づくり」から「高齢者の介護予防」まで）にスポーツ栄養学の理論を活かし、活動していき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。

炊き込みごはん（おこわ）、おはぎなど、もち米を使った料理が好きです。選手の補食に活用できるレシピのバリエーションを増やしていきたいです。

2022年 11月 30日