



ふりがな こんどう えみ

お名前 近藤 衣美

ご所属先 日本学術振興会特別研究員(PD)/筑波大学

公認スポーツ栄養士資格取得年

2016

年 活動拠点

(茨城県)

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。

ポスドク研究員として、アスリートの減量方法の違いが身体組成やエネルギー代謝、パフォーマンスに及ぼす影響を調べています。また、アスリートの体重管理や試合に向けたグリコーゲンローディングを中心に、アスリートからのご相談に対して個別にサポートをしています。

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？

国内外の研究論文やケースレポートを参考にし、対象者の状況に合わせたスポーツ栄養マネジメントをすること心掛けています。目の前のいる選手にとってどのようなサポートをするのがベストであるかを考えることは、答えがなく難しいですが、やりがいのある仕事だと感じます。

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？

世界のスポーツ栄養士をはじめとするスポーツ関係者との情報共有を活発にし、より良い栄養サポートを日本のアスリートに提供できるように努め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。

つくば市にはパン屋と自家焙煎のコーヒー屋が多くあり、いろいろなお店の味を楽しんでいます。

2022年 5月 20日