



ふりがな まるやま まいみ

お名前 丸山 まいみ

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2014

年 活動拠点

群馬県

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。

現在は、地域や企業の方々に対して、特定保健指導や母子保健、重症化予防事業など栄養や運動に関する指導に携わっています。また、スポーツを行っている選手や指導者の方に向けたセミナー等の機会もいただいています。

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？

食事は楽しいと感じる雰囲気づくりや本人の気づきを大切にすることを心がけています。また、科学的根拠に基づいた情報を発信し、信頼関係が築けるように心がけています。

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？

対面でのコミュニケーションはもちろん、遠隔(オンライン)でも、交流する機会が増えてきました。ジュニア選手から高齢者まで、公認スポーツ栄養士に気軽に相談できる環境を作りたいです。それによって、地域やスポーツ界の活性化につなげたいです。

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。

好きな食べ物は…沢山あります。ラーメンやうどんが好きです。
おすすめしたいのは、小麦粉で作った幅広の麺を、旬の野菜などと一緒に煮込んで食べる群馬県内で馴染みがある「おっきりこみ」です。主食、主菜、副菜と一緒に補給できるのでおすすめです。

2022年 9月 30日