



ふりがな ながやま えみこ

お名前 永山 恵美子

ご所属先 シダックス中伊豆ワイナリーヒルズ株式会社ホテルワイナリーヒル

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018年

年 活動拠点

静岡県

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。

伊豆のホテルで、家族旅行やグループ旅行、スポーツ合宿団体のお食事提供を行っています。チームのご要望に対応しながら、メニュー作成などを担当しています。また、ジュニアテニスチームの食育にも関わっています。

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？

様々な年代、競技の合宿を受け入れてきたので、選手の食べ方の傾向や良い取り組みなどを取り入れながら、食環境の整備を提案できるところです。

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？

私自身、中学時代の部活でのケガの回復経験もあるので、食べることの大切さ、勝つために、を選手に伝えていき、勝利をつかんだ時の笑顔をたくさん見たいです。

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。

自分のご褒美メシは牛肉ステーキですが、道の駅で購入する肉厚の伊豆産原木しいたけに、最近ハマりました。バターソースにして、わさび醤油をからめて食べるとメイン級の美味しさです。

2020年 12月26日