



ふりがな さかい みお

お名前 酒井 美緒

ご所属先 株式会社スポーツフィールド

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018

年 活動拠点

大阪府

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。

- ・高校ラグビー部の部員や保護者の方に対する指導
- ・大学でのスポーツ栄養学セミナー
- ・専門学校でのスポーツ栄養学の講師

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？

- ・セミナーや個別指導で、「いつ、何を、どのタイミングで、どのくらいの量が必要か」をなるべく具体的に伝える事が得意です！また参加型で授業を組み立てる事が好きです。
- ・分かりやすい資料作りが得意です♪

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？

運動と栄養の両面から、人々の健康を促進していきたいです。スポーツ栄養をビジネスとして価値を広げることで、日本スポーツの競技力向上に貢献したいです。全米ヨガアライアンスの資格も取得しているので、【スポーツ栄養×ヨガ】で何か企画をしてみたいと思っています。

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。

チーズ：特にブルーチーズのゴルゴンゾーラピカンテ！独特の香りがたまりません。  
 チャイティー：スパイスが効いてると、より美味♪  
 パッションフルーツ：酸味と触感がGOOD!!  
 少し癖のある変わった食べ物が好きです(笑)大阪名物のたこ焼きも大好きです♪

2019年 11月 8日