



ふりがな さかいばら ちえ

お名前 堺原 千恵

ご所属先 栄養コンシェル合同会社

公認スポーツ栄養士資格取得年

2016

年 活動拠点

愛媛県

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。

栄養士のスキルアップセミナー、特定保健指導、糖尿病療養指導などが主な事業です。スポーツでは高校男子レスリングのサポートやジュニア保護者への栄養セミナーなどを行っています。

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？

リラックスした雰囲気でのコミュニケーションを図ることや、サポートでは具体的に、わかりやすく、数値化して伝えることを心がけています。

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？

まずは自分がしっかりとスキルを身に着けること。そして多くの人にスポーツ栄養士の役割を知っていただき、アスリートだけでなくすべての人の健康増進のためにスポーツ栄養士の存在が不可欠と言われるように、活動を広げていき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。

わが八幡浜市はミカンと魚の町と言われ、寒い時期はブリやモンゴウイカがよく釣れます。熟成させて分厚く切った刺身は超ウマイ！
柑橘では「ブラッドオレンジ」がー押し、美しい真赤な果肉と独特な風味にハマります。

2019年 12月 21日