



ふりがな さかもと みさこ

お名前 坂本 美沙子

ご所属先 株式会社DNS

公認スポーツ栄養士資格取得年

2017

年 活動拠点

東京都

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。

個人アスリートやチームに対する栄養サポートや、選手や保護者の皆様・スポーツ関係者の方々への栄養セミナーを実施しています。

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？

選手の性格や関心に応じて、適度なアドバイスを心掛けています。また、食事はトレーニングから離れた息抜きの場でもあり、些細な悩みや愚痴なども気軽に話してもらえるような存在でありたいと思っています。

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？

オンラインでのサポートも増えているので、居住地に制限されず、全国・全世界で活躍する選手と関わっていきたいです！

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。

スパイスカレーが好きです。美味しいお店巡りはもちろん、家でもルーを使うより油を抑えられ、スパイスの配合や調味料によって自分好みにアレンジできるので、オススメです！

2022年 8月 30日