



ふりがな さくま あかね

お名前 佐久間 茜

ご所属先 公立藤田総合病院

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018

年 活動拠点

福島県

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。

普段は総合病院で栄養管理や給食管理の仕事をしています。スポーツ栄養の活動はチームへの栄養サポートやスポーツ栄養に関する講演等を行っています。

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？

選手を目線に立って無理なく実践できることや気持ちに寄り添ったサポートができるように心がけています。食事で悩んだ時に気軽に相談できる栄養士となれるように雰囲気づくりを大切にしていきたいです。

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？

栄養だけではなく運動や休養の知識も深め、日々の仕事で学んだことも生かし、望ましい食生活を通して選手や人々の体づくりにつながるようなサポートができるように関わっ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。

福島県は地域ごとに様々な名産品がありますが、県北地区はいちごや桃、あんぽ柿(干柿)など果物が有名です。最近 35 番目の道の駅がオープンしたので、観光等でお立ち寄りの際は季節の果物を是非ご賞味ください。

2022 年 5 月 日