



ふりがな しみず みえ

お名前 清水 美詠

ご所属先 八幡浜市役所 市民福祉部 子育て支援課

公認スポーツ栄養士資格取得年

2017

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。

保育所の給食管理、食育、食物アレルギー児等の栄養相談を担当。児童センターでの離乳食やマタニティー教室では地域の子育て支援を行っています。スポーツでは高校ソフトテニス部に関わっています。

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？

選手一人ひとりに寄り添い、選手の置かれている状況や気持ちを大切に、今、選手にとってベストな食事を一緒に考えることです。また、記憶に残るような楽しい食育を心がけています。

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？

ジュニアアスリートへの食育です。ジュニア期に食べる基礎力をつけて、次のステップへと進めるように応援したいです。また、女子アスリートの貧血や月経不順等のサポートに関わり勉強したいです。

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。

一番好きな野菜は「トマト」で、愛媛県西予市城川町のトマトオーナーをしています。そして、地元のソウルフード「八幡浜ちゃんぽん」は、店ごとに個性があり違った美味しさを楽しめるので、何回通っても飽きません。

2020年 月 日