



ふりがな しみず さとこ

お名前 清水 聡子

ご所属先 シスメックス株式会社 女子陸上競技部

公認スポーツ栄養士資格取得年

2017

年 活動拠点

兵庫県

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。

実業団女子陸上競技部に所属し、練習や食事、生活を共にしています。主に選手の栄養マネジメントや、スポーツドクターとの連携、寮や遠征先との食事調整を行っています。

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？

病院で約4年間NST専従をしていたことから、多職種連携はいつも大切に考えています。また、スポーツ栄養士として常に現場に帯同することはあまりできないと思いますので、この経験が強みであると考えます。

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？

チームの一員としてトップレベルの選手をサポートすることです。頑張る人を支えてあげられる栄養士でありたいと思います。

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。

兵庫県はパンの消費量が多く美味しいパン屋さんもたくさんあります。あんこたっぷり「トミーズのあん食」、地元限定「ローゲンマイヤーの西宮レザン」、味も食感も◎「ビゴの店のフランスパン」はおすすめです！

2019年 8月 27日