



ふりがな やまかわ ことえ

お名前 山川 琴栄

ご所属先 (公社)新潟県栄養士会事務局 栄養ケア・ステーション

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018

年 活動拠点

新潟県

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。

乳幼児から高齢者までの栄養相談や講演会、特定保健指導を行いながら、スポーツの分野では高校部活動のサポートを行っています。加えて、2020 年秋より新潟県栄養士会事務局で在宅医療(栄養)の推進事業等を担当しています。

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？

選手一人一人の特性を読み取ること。前向な声かけ。

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？

新潟県全世代、スポーツ栄養を必要としている現場にもっと介入したいです。特に、ジュニアアスリートとシニアアスリートへのサポートの必要性を感じています。新潟で一生涯元気に好きなスポーツを続ける選手を増やすお手伝いをしたいです。

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。

最近見つけたおすすめの一品は、今冬初めて新潟市内のスーパーで見かけ購入した『佐渡産』みかんです。小粒で控えめな見かけによらず、日本海の風を感じられるようなガツンと濃い味でした。新潟のスーパーで控えめな POP で販売している『新潟県産』は、試してみる価値あります。

2021 年 1 月 30 日