



ふりがな わかばやし ともこ

お名前 若林 智子

ご所属先 シダックスコントラクトフードサービス株式会社

公認スポーツ栄養士資格取得年

2019

年 活動拠点

岡山県

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。

委託給食会社で衛生やアレルギー等の指導や研修、そして品質管理に関わる業務全般をおこなっています。スポーツ分野では社内スポーツ栄養部会の運営や企画、媒体作成や高校バスケットボール部へのサポート等です。

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？

選手や保護者、監督等スタッフ間でのコミュニケーションを図り、状況に応じたサポートとなるように心がけています。また選手には、楽しく学んでもらえるように工夫しています。

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？

遠征試合や合宿の帯同での食事サポートです。普段と違う環境に置かれた選手がパフォーマンスを発揮できるように、サポートしていきたいです。

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。

果物です。岡山県は、「フルーツ王国」と呼ばれ、白桃やマスカット、ピオーネをはじめ、美味しい果物がたくさんあります。中でもシャインマスカットは絶品です。

2022年 12月 30日