



ふりがな ひさなが まゆみ

お名前 久永 まゆみ

ご所属先 鹿児島純心大学

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018年

活動拠点

鹿児島県

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。

大学で管理栄養士を目指す学生たちの教育・研究に取り組んでいます。その中でも、バスケットボールやサッカーなどの地元のジュニアアスリートに対して、スポーツ栄養に関心のある学生と一緒に栄養サポートを行っています。現場での学びを通して、学生たちと共に成長できることが、何よりのやりがいです。

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？

私自身、ジュニアアスリートの保護者でもあるので、日々の生活の中で感じたことや経験を活かしながら、選手や保護者の気持ちに寄り添ったサポートを心がけています。無理なく続けられる食事の工夫や栄養補給のアイデアを、一緒に考えていけたらと思っています。

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の成長を支える活動を続けながら、スポーツ栄養の知識を活かして、高齢者の健康づくりやフレイル予防にも役立つ取り組みをし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。

夏は毎年、パッションフルーツにはまっています。鹿児島は全国一の生産地で、甘酸っぱくて南国らしい香りと、プチプチした食感が魅力です。そのままスプーンで食べるのはもちろん、ジャムやヨーグルト、アイスに添えても最高！旬の時期が待ち遠しい果物です。

2025年9月3日

坂口望さん(鹿児島県)から久永まゆみさん(鹿児島県)の紹介コメント



鹿児島のスポーツ栄養普及活動で一緒しました。  
幅広く活動をされています！