



ふりがな いしだ みなつ

お名前 石田 美奈津

ご所属先 株式会社 LEOC

公認スポーツ栄養士資格取得年

2016 年

活動拠点

福岡県

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。

プロスポーツチームの栄養サポート業務を担当しています。
選手の食環境の整備、目的別の個別サポート、栄養講習会の実施などを行っております。

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？

サポート開始当初から栄養サポートの見える化を意識しています。選手が自身の食事傾向を把握し、個人のスケジュールに合わせて、何を、いつ、どのくらい摂取すべきかを計画できるような、フィードバック資料や掲示物の作成に力を入れています。また、どのような状況においても柔軟な対応を心がけています。

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？

多職種のスタッフの方々と連携することで、選手へのより良いアプローチや食事提供が可能になると感じています。継続的にサポート内容をアップデートし、チームにとって最適な栄養サポートシステムを確立していきたいです。

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。

福岡を活動拠点とするようになってから、美味しい食べ物に出会う機会が増えました。
鯛やカワハギなどのお刺身が好きで、最近は白身魚を選ぶことが多くなっています。
また、寒くなる季節には、もつ鍋やお出汁でいただく豚しゃぶしゃぶをよく食べに行きます。

2025 年 11 月 6 日

神尾光生さん(千葉県)から石田美奈津さん(福岡県)の紹介コメント



ご担当されているチームでは、食環境整備や栄養教育など業務の共通点も多いです。
同じチームを長年ご担当されており、チームからの信頼も厚いと感じます！