日本スポーツ栄養学会　公認スポーツ栄養士紹介リレー

JSNA JAPAN SPORTS NUTRITION ASSOCIATION

ふりがな　かじはら　かずみ

お名前　梶原　一美

ご所属先　エームサービス株式会社

公認スポーツ栄養士資格取得年　2019 年　**活動拠点**　神奈川県

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下さい。

配属された現場にて、給食管理全般と栄養管理業務に携わっています。
現在は、トップアスリートを対象に食事提供と栄養サポートなどを行っています。

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？

委託給食会社に勤務している経験を活かし、選手自身がより実践しやすい具体的な内容を伝えることを意識しています。また、距離感を大切にし、選手に寄り添うサポートを心がけています。

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？

地域密着に携わる栄養サポートをやってみたいです。ジュニアアスリートやトップアスリート、スポーツ愛好家まで、栄養を通してスポーツを励む人をサポート出来たらと思っております。

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。

昔から「トマト」が大好きで、必ず冷蔵庫に常備しています！！
福砂屋のカステラがおすすめです。甘さも絶妙、ふんわりとした食感のカステラでとても美味しいです。

2023 年 3 月 25 日

吉沢幸花さん（東京都）から梶原一美さんの紹介コメント

現在梶原さんは、エームサービス株式会社のニュートリションチーフとしてトップアスリートの施設などで働いていらっしゃいます。アスリート・監督・スタッフだけでなくクライアントや社内スタッフから絶大なる信頼を寄せられております。