



ふりがな かも ゆきこ

お名前 加茂 友季子

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2019年

活動拠点

愛知県

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。

普段はフリーランスとして、中学生から高校生年代のアスリートのサポートを多く行っています。その他、週1から2回非常勤講師として、専門学校や大学で講師をしています。

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？

比較的、ジュニアアスリートのサポートを多くさせていただいたため、アスリート自身だけではなく保護者様やチームスタッフといった、アスリート以外の方への情報共有が得意です。

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？

私が担当しているアスリートは、今後他の栄養士さんからサポートを受ける選手が多いと思います。次の栄養士さんがスムーズに栄養サポートを行えるよう、食に興味を持っていただくような指導をしていきたいです。

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。

地元が静岡県ですが、離れてから、静岡の魚介類の美味しさを再認識しました。高級店でなくても、新鮮で美味しい魚介類を食べることができます。是非静岡にいらっしゃる際は、魚介類を召し上がってください！

2023年3月30日

沖本玲子さん(都道府県)から加茂友季子さんの紹介コメント



サポートで使用しているアプリの担当者として知り合いました。栄養士は一人で頑張っていることが多いですが、自身のサポート経験を生かし、選手のみならず、スポーツ栄養士のサポートまで出来る方です。