



ふりがな まみょう まりこ

お名前 馬明 真梨子

ご所属先 SHOKU LEAD

公認スポーツ栄養士資格取得年

2019 年

活動拠点

広島県

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。

スポーツ栄養サポート、スポーツ食育、セミナー講師、商品監修・企業アドバイザー、コラム執筆、栄養士向け講座事業などを行っています。主に携わっている競技は、ラグビー、野球、アーチェリー、サッカーです。

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？

自ら考えて実践できる力を磨く栄養サポートに注力し取り組んでいます。
実践しやすいとお声を頂くセミナー＆資料、トレーナー経験を活かした他職種連携、チームを支える潤滑油のような働きは評価頂くことがあります。

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？

ご縁がある仕事を大切に、それ以外には①チーム外も選手の食環境を整える事業、②スポーツ栄養士が切磋琢磨し、価値向上を図る場や機会を創ること、③英語での選手サポートを行うこと、にチャレンジしてみたいです。

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。

山梨の桃・デラウェア、桔梗屋の信玄餅は子どもの頃からの好きな食べものです。地元広島の食べものでは、宮島にあるミヤトヨ本店のチーズもみじ、ちからのきなこ(もち)、広島市にある GoodOveN のベーグルが大好きです！

2025 年 6 月 20 日

松峯敏和さん(奈良県)から馬明真梨子さん(広島県)の紹介コメント



馬明さんとは、栄養サポートで関わった共通の選手がきっかけで知り合いました。同じラグビーに関わる栄養士として、日々情報交換をさせて頂いております。数多くの選手の栄養サポートと、栄養士向けの講座開講、学会発表など多岐にわたりご活躍されておられるお方です。