



ふりがな まつみね としかず

お名前 松峯 敏和

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2023年

活動拠点

奈良県

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。

主に大学と社会人のラグビーチームにおける栄養指導や食環境整備を行っています。その他高校ラグビーや高校サッカーチームの栄養面の管理、寮の献立作成などにも関わらせて頂いています。

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？

選手たち自身に必要な食事を考えて取り組むための指導と環境づくり、そのための信頼関係と環境の構築が得意です。そのため、選手たちから日々情報の収集を行い、栄養だけでなく様々な切り口からも対応できるよう意識しています。また、日々情熱をもって取り組む選手たちに負けなぐらいの熱意ある関わりをモットーにしています。

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？

今まで自身の現場で経験してきた事が、エビデンスベースでは本当に正しかったのか、現場で疑問に感じたことなどを、実体験ベースではなく、研究ベースとして、しっかり勉強してみ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。

地元の奈良の好きな食べ物は、【だんご庄】のきなこ団子と、【柿の葉すし本舗たなか】の柿の葉寿司です。この2つはおすすめです。最近気に入った美味しい物は、兵庫芦屋の【ELEPHANT RING】さんのバウムクーヘンや東京恵比寿の【ひいらぎ】さんのたい焼きなどがあります。昔から甘党なので、甘い物には目がないです。

2025年5月31日

塚本(銭)咲翔さん(東京都)から松峯敏和さん(奈良県)の紹介コメント



もともとは学生時代、トレーニングジム併設のカフェのアルバイト先仲間だった松峯さん。ともにスポーツ栄養を志して就職していましたが、数年後にスポーツ栄養学会で再会できた時には感動しました！昔から変わらずパッションに溢れるナイスガイです！