



ふりがな なかにし かな

お名前 仲西 加奈

ご所属先 株式会社 LEOC

公認スポーツ栄養士資格取得年

2022年

活動拠点

東京都

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。

陸上長距離(大学生男子)、サッカー(社会人男子、アマチュア女子、ジュニア男子)、パラアスリートなど、様々な年代・カテゴリーのチームの栄養サポートを行っています。また、企業の健康経営活動や社員研修の一環として、一般の方を対象にした栄養セミナーも行っています。

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？

分かりやすく伝えることが得意です。栄養学の理論や根拠を対象者のレベルに合わせて伝え、対象者が「なぜこれをしなければいけないか」を納得して行動に移せるような指導を行います。

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？

選手として育てていただいたスケート界への恩返しとして、競技者であった経験と栄養士としての経験を活かし、競技の発展に貢献したいです。

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。

お茶や紅茶、コーヒーなど、香りがいい飲み物が大好きです。冬は加賀棒茶、夏は台湾烏龍茶やジャスミンティー、紅茶のフレーバーティーを楽しんでいます。コーヒーは年中アイスを飲みます。

2026年1月31日

柴北理絵さん(東京都)から仲西加奈さん(東京都)の紹介コメント

ご縁があり同じ環境で研鑽を積む仲になりました。選手へのアプローチや提案に学びが多く、いつも刺激をもらっています。