



ふりがな さいとう きょうか

お名前 齋藤 恭香

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2026 年

活動拠点

オーストラリア

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。

スポーツジムでの栄養指導、大学野球部のスポーツ栄養マネジメント、プロ野球選手等への献立立案・食事提供などのスポーツ栄養業務に従事した経験があります。

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？

調理が好きで、得意です。一人ひとりのコンディションや目的に合わせたメニューの提案から調理・提供まで、栄養と美味しさの両面を大切にした食事づくりを心がけています。

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？

今年から海外に拠点を移したため、海外遠征の帯同をし現地での食事サポートをしたいです。また、日本食の魅力や可能性をグローバルに伝えていきたいです。

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。

マルゲリータが大好きです！トマトとモッツアレラチーズとバジルのシンプルな組み合わせが最高です。オススメのお店たくさんあります♪

2026 年 9 月 30 日

立川大輝さん(東京都)から齋藤恭香さん(オーストラリア)の紹介コメント



大学の後輩であり、公認スポーツ栄養士を目指して共に研鑽を積んだ仲です。高い行動力で挑戦し続ける姿に、いつも刺激をもらっています。これからの活躍がますます楽しみです！