



ふりがな ささき(こむろ) さき

お名前 佐々木(小室) 沙紀

ご所属先 エームサービス株式会社

公認スポーツ栄養士資格取得年

2023年

活動拠点

千葉県

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。

配属された事業所で給食管理や栄養管理などの業務を行っています。  
以前は、トップアスリートに対して食事提供や栄養サポートなどを行っていました。

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？

選手のちょっとした変化などにも気付けるように、普段の会話を大切にするようにしていました。  
選手の体調や調理スキルに合わせた実践しやすい内容の簡単レシピを考えるのが好きです。

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？

2児の母となったからこそ、地域で活動するジュニアアスリートに対しての栄養サポートや保護者に対しての栄養セミナーなどをやってみたいです。

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。

梅干しが大好きです。梅の商品を見つけると必ず手に取ってしまいます。  
最近、自家製梅干しを作るようになりました。

2025年9月16日

三浦萌さん(千葉県)から佐々木沙紀さん(千葉県)の紹介コメント



佐々木さんとは大学のサークルで出会いました。高齢者施設やスポーツ現場にて食事提供や栄養サポートを経験され、遠征時の食事調整も担当するなど経験豊富な方です。今後のご活躍を応援しています！