



ふりがな たなか あいこ

お名前 田中 愛子

ご所属先 株式会社読売巨人軍

公認スポーツ栄養士資格取得年

2018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ください。

プロ野球球団に常駐し、食環境整備や若手選手を中心に栄養教育を実施しています。また、現場の実務を誰が見ても分かるようにマニュアル化し、残していくこともミッションの1つです。

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？

選手の課題を分解してスモールステップを作り、継続につながるように提案していくことです。また、栄養情報を記載したPOP作りが得意です。少しでも興味をもってもらえるように、手書きのイラストを入れたり、選手が興味をもちそうな話題と絡めて分かりやすく伝えるように心がけています。

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？

栄養部門の方針を確立させ、チームとして一貫した栄養教育を行い、自立した選手を増やしていくことです。また、同じ競技内、他競技に関わる栄養士さん同士の和を広げ、現場で困っていることなどを気軽に相談しあえるネットワークを築いていき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。

- ・治一郎のバウムクーヘンとプリン
- ・東京スープカレーCahaya またはSHANTIのスープカレー

2023年5月31日

清水 瑠美さん(東京都)から田中愛子さん(東京都)の紹介コメント



田中さんはいつも明るく選手や現場のスタッフが相談したくなるような雰囲気作りを常にしてくれる栄養士さんです。いつも現場で色々なチャレンジをされているのが印象的です。