



ふりがな うしじま ちはる

お名前 牛島 千春

ご所属先 フリーランス

公認スポーツ栄養士資格取得年

2022年

活動拠点

愛知県

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。

トレーナー養成の専門学校で非常勤講師としてスポーツ栄養学の授業を担当しています。スポーツチーム向けのセミナーや栄養サポート、料理教室、またフィットネスジムや治療院のスタッフ向けの栄養講座などを行っています。

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？

選手自身が考え選択し、実践につなげられるようなサポートを心がけています。食事提供や料理教室では栄養はもちろん、おいしく見た目も美しく、ワクワク楽しめるような料理や補食を考えています。

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？

食事だけでなく体のケアができる栄養士を目指しています。体の内側と外側両面からサポートできるような活動をしていきたいです。

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。

タコスが好きでメキシコ料理屋さんのタコスのメニュー開発を行っています。飲めるタコスは感動です！たくさんの方に食べていただきたいです。

2026年4月26日

種村見名子さん(三重県)から牛島千春さん(愛知県)の紹介コメント



千春さんは共に公認スポーツ栄養士の資格取得に向けて研鑽し合い、また同じチームをサポートした仲です。豊富な知識はもちろんですが、料理のスキルも素晴らしく、美味しく楽しく食べてもらうための引き出しが多いことも大変尊敬しております。