

■株式会社Tree of Heart Food Director



柴崎 真木(しばさき まき)

【資格】

管理栄養士／健康運動指導士／健康科学修士
経営学修士 (MBA)

【所属】

日本栄養士会／日本スポーツ栄養学会／愛知水泳連盟医科学委員

【出版・執筆】

「疲れやすい人の食事 いつも元気な人の食事」クロスメディア・パブリッシング

「臨床スポーツ医学 スポーツ栄養・食事ガイド」VI-6.水中競技種目の特性と食の配慮,文溪堂

「スポーツを楽しむための栄養・食事計画 理論と実践」第2部9.水泳,光生館

「速くなる食事学」月刊スイミングマガジン連載 他多数

【略歴】

1974年 フリーランスで実業団男子陸上部、Jリーグジュニアユース、競泳チームなどスポーツ栄養業務に従事

2006年 岐阜県スポーツ科学トレーニングセンタースポーツ栄養専門員

2008年 日本スポーツ振興センター 文部科学省委託事業「マルチ・サポート事業」にてロンドン五輪日本代表（競泳・男子柔道）
およびマルチ・サポートハウス担当

2014年 フリーランスでトライアスロン、スピードスケート日本代表選手、実業団男子陸上部などの栄養サポートに従事

2016年 第一生命株式会社女子陸上競技部

2018年 Tree of Heart Food Director