



なほ
NAHO

生年月日： 1977/11/22

身長 : 164cm

出身地 : 長野県須坂市

血液型 : A型

学歴 : 東京理科大学理学部化学科卒

趣味 : サッカー観戦・ドラマ鑑賞

資格 : 野菜ソムリエ上級プロ
果物ソムリエ
ベジフルフラワーアーティスト
プロフェッサー
ベジフルビューティーセルフ
アドバイザー
フードツーリズムマイスター
ベーシック
アスリートフードマイスター3級
受験フードマイスター
リビングフードスタイル
ジュニアクリエイター
ベーシッククッキングマイスター
シードルアンバサダー
食品衛生責任者 食育指導士
農業簿記3級
熱中症対策アドバイザー
サッカー4級審判員
fluffy bag by favoris_plage認定講師
ボタニーペインティング認定講師
信州ガレット振興会会長
「おいしい信州ふーど」公使
須坂応援大使



現在出演中

☆SBC信越放送「ずくだせテレビ」ゲストコメンテーター

☆SBCラジオ「坂ちゃんのずくだせえぶりでい」「武田徹のつれづれ散歩道」

経歴

■テレビ

テレビ信州

「eジエネ」

「ゆうがたGet!」リポーター

SBC信越放送

「HOT情報」

「3時は！ららら♪」

NBS長野放送

「NBS月曜スペシャル・人と自然とおいしさと」リポーター

abn長野朝日放送

「春のお出かけ情報」リポーター

NHK長野放送局

「ひるとく」

Goolight (須高ケーブルテレビ)

「ベジフル！」

INC長野ケーブルテレビ

「おじやましまーす！」リポーター

ショップチャンネル

■ラジオ

FMぜんこうじ

「もんぶら☆ゆうやけスタジオ」

「どばっしーのフォルサ☆パルセイロ」パーソナリティー

■CMナレーション

JA全農長野 「I LOVE 信州野菜」「JAまごころ宅配」など

■イベントMC

JA全農長野 「女子力向上Project」「りんご3兄弟PRイベント」

JA中野市 「元気ですかー？信州中野のエノキを食べて元気になろう！宣言」

信州ハム 「新商品発表・試食会」

デンセン 「サマーフェア・長谷川穂積トークショー」「三浦淳宏トークショー」

AC長野パルセイロ 「新体制発表会」

長野県

「長野県農業委員大会、「雪どけのおいしい信州ふーどの昼餉」

須坂市

「須坂カッタカタまつり」「信州須坂スマージーレシピコンテスト」

「鎧塚俊彦さんトークショー」など

■その他

食・農業・健康・スポーツ・子育てに関するイベントの司会、講演、取材、リポーター、
コメンテーター、料理動画

【講演・講座テーマなど】

信州の農産物

スポーツと食

子どもの夢を叶える食生活

農産物の情報発信の仕方

野菜・果物の新しい魅力

野菜&果物のアレンジメント

野菜&果物料理教室

ガレット料理教室

ボタニーペインティング（蓮などの天然植物をパネルに貼り付けて彩色するアート）

ワークショップ

【著書】

「信州の菜食健美」（しなのき書房）