

第14回 いい日・いい汗 入場無料 栄養まつり

“100歳まで食べる食事は100000食!?”

今の食事があなたやこどもの未来をつくる

～一緒に考えてみませんか？食事や健康のこと～



楽しく食べよう
ママと赤ちゃんの
食事応援

離乳食・幼児食コーナー
食事の相談など



朝ごはんの秘密を知ろう
朝ごはん
で
元気をチャージ

簡単朝食レシピ！
お菓子やジュースの
エネルギー・砂糖クイズ♪



体験しよう！
あなたの食物繊維
足りてますか？

野菜の計量体験
上手な野菜の活用法！

低栄養になっていませんか？
バランスの良い食事と
食べるための工夫



介護食や
食べやすい食器の展示
栄養相談



楽しく学びましょう
ステージイベント
健康相談コーナー

食育ステージ・健康いきいき体操
歯周病検査・口腔ケア・
飲み込みやむせ込みなどに
関する相談ブースもあるよ♪



食塩・野菜摂取量の
バランス測定コーナー

その場でわかる！
お食事で摂っている
食塩量や野菜不足を
測定してみませんか？
(人数に限りがあります)

公開講座

日常生活におけるナトリウム・カリウムバランス評価についての試み

講師 寶澤 篤 氏

東北大学東北メディカル・メガバンク機構 予防医学・疫学部門 個別化予防・疫学分野 教授

時間 13:30~14:30 (13:00受付開始) 会場 アエル6階 セミナールーム

10月8日(日)▶11:00~15:00(最終受付) 14:30

仙台市中小企業活性化センター 多目的ホール アエル5階

主催 公益社団法人 宮城県栄養士会
共催 (一社)宮城県歯科医師会・(一社)宮城県歯科衛生士会
(公社)宮城県柔道整復師会・宮城県言語聴覚士会
後援 宮城県・仙台市

協賛 小田島アクティ(株)・(株)日本農産工業
宮城中央ヤクルト販売(株)・森永乳業(株)東北支店
協力 (有)ヘルシーハット・学校法人朴沢学園 明成高等学校
学校法人三島学園 東北生活文化大学
学校法人宮城学院 宮城学院女子大学

お問い合わせ先

公益社団法人 宮城県栄養士会 022(265)8007