

## 管理栄養士 大沢愛先生が夏の疲れによる低栄養対策を紹介 Webメディア「しっかり栄養、パワーアップ食」を7/26配信

株式会社ファンデリー（代表取締役 阿部公祐 以下、当社）が運営する、管理栄養士のWebメディア「しっかり栄養、パワーアップ食(第10回)」を7月26日(水)に配信いたします。

当社は、一人でも多くの方に健康的な毎日を過ごしていただくため、管理栄養士が食事コントロールの方法を紹介する「しっかり栄養、パワーアップ食」を運営しております。

7月26日(水)に第10回『夏の疲れを改善し、低栄養予防を！』を掲載いたします。今回は聖マリアンナ医科大学病院で勤務されている管理栄養士 大沢愛先生が、夏の疲れによる低栄養の予防・改善法をご紹介します。特に夏の暑さで食事が落ちたり、栄養素の偏りが気になるという方にご覧いただきたい内容です。

当社は、皆様に役立つ情報を発信し、健康で楽しい食生活を実現してまいります。

### ■「しっかり栄養、パワーアップ食」の概要

管理栄養士の第一人者が教える

mealtime®

しっかり栄養、パワーアップ食

たんぱく質 食物繊維 カルシウム 鉄 マグネシウム

パワーアップ食で健康UP!

第2・4水曜日更新

更新日：毎月2回(第2・第4水曜日)

次回は2023年8月9日(水) 13時

URL：<https://powerupshoku.mealtime.jp>

執筆者：聖マリアンナ医科大学病院 栄養部  
管理栄養士 大沢 愛 先生

テーマ(第10回)：夏の疲れを改善し、低栄養予防を！



### 【本件に関するお問い合わせ】

株式会社ファンデリー MFD 事業部バリューイノベーションG 管理栄養士 原田 侑奈

TEL：03-5249-5125 FAX：03-5249-0606 E-mail：[info@mealtime.jp](mailto:info@mealtime.jp)

■数値改善を実現させる『ミールタイム』 <https://www.mealtime.jp/>