

管理栄養士 大仲康子先生が コンビニ商品を用いた低栄養予防のための食事法を紹介 Webメディア「しっかり栄養、パワーアップ食」を10/25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16回)」を10月25日(水)に掲載いたします。

当社は低栄養、フレイル、サルコペニアの予防や対策のため、医療現場で活躍する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。

低栄養とは何かという基礎的な情報から、バランスの良い食生活を継続するための実践的な情報まで分かりやすく紹介しております。

第16回は神奈川リハビリテーション病院 栄養科 管理栄養士の 大仲康子先生に執筆いただきました。神奈川リハビリテーション病院は昭和48年に設立され、県内のリハビリテーション医療の中核となっています。

本メディアでは生活に役立つ情報を発信し、健康寿命の延伸に貢献して参ります。

■「しっかり栄養、パワーアップ食」の概要

更新日：毎月2回(第2・第4水曜日)

次回は2023年11月8日(水) 13時

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

第16回 低栄養を予防するためにコンビニ商品を利用しよう(大仲 康子 先生)



コンビニで販売されている食品が主食・主菜・副菜のいずれに分類されるのか、どのように組み合わせればバランスの良い食事になるのかを紹介いただきました。カップスープに入れるお湯を牛乳に変更するなど、コンビニ商品で手軽にたんぱく質をプラスする工夫も掲載されております。

コンビニを利用される方や、独居で食事の支度にお困りの方にもご覧いただきたい内容です。

【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

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