



宿泊型セミナーで「ナト・カリ調味料」が使われました！

10月、健康保険組合主催の宿泊型研修「ヘルスアップセミナー」が熱海で開催されました。参加者は前期高齢者、まさしくこれから自らの生活習慣病の自己管理能力を問われる年代の方々です。

健診結果の見方や生活習慣病について、クイズを交えながらの講義、体力測定や血圧チェック等で2日間しっかりと自分の健康と向き合った研修でした。

3食の食事はすべてナト・カリ調味料で調理していただきました。昼間も学習の時間です。普段見られる食事風景ですが、ナト・カリ調味料に変えた事はもちろん参加者には内緒です。



初日昼食(バイキング)



初日夕食



2日目朝食

食べたあとに、「実は…」と種明かし、事前に栄養計算したデータと、普通の調味料で作った場合での数字を比べて頂きました。

参加者の反応は、減塩されているのに「美味しかった」、「薄味じゃないね」「どこで買えるの?」、「まろやかでうま味がある」と次々驚きの声をいただき大成功でした。薄味を我慢しないで減塩ができていて驚いていました。すでに減塩調味料を使っているという方も含めて全員が「使ってみたい」か「興味がある」と回答頂いています。

研修後のお土産はもちろんナト・カリ調味料セット(塩・みそ・醤油)です。



ナト・カリ調味料セット

- ・ヘルシオライト 100g
- ・いわて健民 200mL
- ・乳清MINERAL糎MISO

食べてみて初めて実感できる新しい「減塩」、参加者の「口コミ」にも期待しつつ、こうした場をもっと生かしつつ底辺から広げていく、これも普及の一つの方法かもしれません。

* 事務局より

協会では今後もセミナーなどを開催し、ナト・カリの普及を図ってまいります。また、同様のイベントがございましたら、お手伝いいたしますので、お気軽にお申し付けください。

一般社団法人
適塩・血圧対策推進協会 事務局
東京都中央区新川1-3-9
宮崎新川ビル4F
TEL: 050-3823-0101
E-mail: jimukyoku@lowsalt.or.jp
URL: <http://www.lowsalt.or.jp/>