



2012年4月19日  
福島県相馬市役所  
シダックス株式会社

**仮設住宅入居者の皆様の健康をサポートする食生活支援活動  
東日本大震災被災者向けに相馬市内仮設住宅で  
食生活セミナーとクッキング教室を開催**

福島県相馬市(市長 立谷秀清:以下相馬市)とシダックス株式会社(東京都渋谷区:代表取締役社長 志太勤一:以下シダックス)は、東日本大震災で被災された方々が生活する相馬市内の仮設住宅において、食生活セミナーを柱とする食生活支援活動を行います。2012年4月24日(火)10:00~11:00に、柚木応急仮設北集会所(相馬市柚木字石橋 246)で、入居者を対象に、野菜の摂取をテーマとした食生活セミナーとクッキング教室を開催(先着 30名)するほか、年間活動として野菜料理を紹介するポスターを年6回作成し、全仮設住宅集会所へ掲示いたします。

相馬市では、東日本大震災により、2012年4月9日(月)現在、約3,900名の被災者が市内14カ所の仮設住宅で避難生活を送っています。シダックスグループのフードサービス事業子会社シダックスフードサービス株式会社は、相馬市の委託により、2011年4月18日から避難所や仮設住宅において食事を提供しており、現在、対象者約1,200人の方々に食事提供を行っております。

このたびの食生活支援活動は、仮設住宅入居者で自炊を行う方々が増える中、栄養バランスの取れた食生活による健康支援を強化したい相馬市に、栄養支援や食育セミナーの経験とノウハウを持つシダックスグループの栄養士で組織する「シダックス栄養士会」が協力して行うものです。

4月24日(火)に柚木応急仮設北集会所で行う食生活セミナーとクッキング教室は「野菜を上手に食べましょう」と題し、シダックスの管理栄養士が入居者の方々の日ごろの食生活をヒアリングしながら、野菜を食べる重要性や上手に食べるコツ、春野菜を使用した簡単で美味しい調理方法などを指導いたします。この他の継続した活動として、入居者の方々から野菜を使った料理を募集し、シダックスの管理栄養士が「うちのおすすめ料理」として監修したポスターを、各仮設住宅の集会所に掲示いたします。

＜食生活支援活動 実施概要＞

①食生活セミナー&クッキング「野菜を上手に食べましょう」

- 実施日時：2012年4月24日(火) 10:00～11:00
  - 場所：柚木応急仮設北集会所(相馬市柚木字石橋 246)
  - 対象者：柚木応急仮設住宅入居者(先着 30 名様)
  - プログラム：
    - 第1部** シダックスの管理栄養士による食生活セミナー(約 30 分)  
皆さんの食生活をヒアリングしながら栄養面の指導を行います
      - ・ 野菜を食べるメリット
      - ・ 野菜を上手に食べるコツ
      - ・ 一日に食べたい野菜の目安
    - 第2部** 簡単野菜クッキング・試食会(約 30 分)  
簡単で美味しい野菜料理の作り方を実践形式で学びます
      - ・ 春野菜を使用した簡単レシピの紹介
      - ・ 実際に料理をして試食
- ※ クッキングで使用する食材はシダックスが提供いたします



告知ポスター

②「うちのおすすめ料理」ポスターの掲示

- 実施期間：2012年4月～2013年3月(6回程度を予定)
- 内容：シダックスの管理栄養士が、仮設住宅の入居者の方からおすすめ料理をヒアリングし、アドバイスなどを加えたレシピをポスター化して、各仮設住宅に掲示いたします
- 料理の条件：小鉢の場合 70g 以上、主菜の場合 140g 以上を含む、旬の食材を使用、地域の特産を使用する等

以上