

# 高齢者の健康考え献立

## 川崎 医療機関と連携、提供

倉敷

お年寄りの健康づくりに貢献し

よつと、川崎医療福祉大(倉敷市松島)の学生と市内の医療機関が連携し、市玉島市民交流センター(同市玉島阿賀崎)にあるカフェWAWONのランチメニューを考案した。地元産の野菜や米も使って栄養バランスに配慮した内容で、18日に初めて提供。用意した約60食を完売した。今後も

月に1回メニューに加える。

手がけたのは、管理栄養士などを目指す臨床栄養学科の学生有志約40人と、フレイ



学生が考案したメニューの一例

ル(虚弱)予防に取り組む小野内科医院(同市玉島八島)。学生に縁で話が持ち上がったといい、今春から共同でレシピ開発に取り組み、カフェの協力を得て提供が実現した。

初回メニューは、ひじき入り豆腐ハンバーグかサバの南蛮漬けに、サツマイモのレモン煮、キノコのショウガしょうゆあえ、コーンご飯、ホウレンソウのすまし汁。塩分を抑え、だしやショウガでうまみを感じられるよう工夫しており、カフェには学生4人も訪れて盛り付けを手伝った。

味わった同市玉島八島の姫井洋子さん(85)は「おいしかった。また食べたい」と笑顔。2年田中千尋さん(20)は「喜んでくれる姿を見られてうれしい。将来は大勢の健康に寄与できる管理栄養士を目指したい」と話していた。

次回は11月19日の予定。(仁井名小百合)