

## 伝統食材の素晴らしさを次の世代へ

### 株式会社マルヤナギ小倉屋

食の洋風化・簡便化が進み生活習慣病などが問題となってきた現代において、日本で昔から食べられてきた伝統食材の価値と健康についてを子どもから大人まで広く伝える食育活動を推進。

#### 伝統食材の健康価値を学ぶ

伝統食材（大豆、昆布、大麦、豆類、ごぼうなど）には、日本人に不足しがちな食物繊維が多く含まれ、健康価値がある。また、和食に欠かせない「だし」で減塩」をテーマに活動。

加東市、神戸市東灘区と連携することでより多くの方に、伝統食材の健康価値を伝達。



加東市における食育セミナー

#### 伝統食材の素晴らしさ普及

子どもから高齢者まで、対象に合わせたテーマで、食と健康に関するセミナー、料理教室、だし教室、小学校での出張授業などを実施。

また、参加者からの「健康に対する具体的な対策を知りたい。」という要望に応える内容を取り入れ。

食育フェアでは大人向けに「腸年齢チェック」を実施し、「食と腸内環境の重要性」を周知。



食育フェアにおける腸年齢チェック