

SDGs^{しんぶん}新聞

にしんいりょうしよくひんかぶしきがいしゃ
日清医療食品株式会社

食べやすい！まほうのごはん

☒ SDGsラジオを^よ読んでみよう！

おかゆを食べたことはありますか？やわらかくて飲みこみやすく、体がしんどいときでもスツと食べられますよね。

ごはんを^た食べることは、^{からだ}体に^{えいよう}栄養をと^{ひつよう}どけるために必要です。

それだけではなく、「^た食べる^{まいにち}こと^{たの}」は毎日^{たいせつ}を^{じかん}楽しく^{えいよう}過ごすための大切な時間^{えいよう}で、こころの栄養^{えいよう}にもなります。

でも、お年寄りや入院している人の中には、^{としよ}かんだり、^{にゆういん}飲みこんだりするのが^{ひと}むずかしい人^{なか}がいます。^の
^{ひと}

そこで、ごはんでみんなの健康を支える会社「日清医療食品」は、「ムース食」という特別なごはんをつくっています。

ムース食は、見た目はふつうの料理なのに口に入れるとやわらかく、だれでも安心して食べられます。

さらに、少ない量でも体に必要な栄養がたくさん入っています。食べることがむずかしい人でも、見た目も味も楽しめるムース食。このような「だれかのための工夫」はみなさんの周りにもあるかもしれません。さがしてみてくださいね。

☒ SDGsラジオの内容を、もっと詳しく知ろう！



がぞうさんしょう につしんいりようしよくひん しょく
画像参照：日清医療食品のムース食
 につしんいりようしよくひんこうしきホームページ
 (日清医療食品公式HPより)

とし びょうき ちから のみ ちから よわ
年をとったり、病気になったりすると、かむ力や飲みこむ力が弱くなる
ことがあります。そうすると、ふつうのごはんを食べたときに、むせて
しまったり、のどにつまらせたりして、うまく食べられなくなってしまう
います。こうした人たちのために、これまで病院やお年寄りの施設で
は、飲みこみやすいように小さくしたり、やわらかくしたりした食事が
出されています。しかし、そのような食事は料理の「形」が変わってしま
うことがあり、何を食べているかがわかっていなくなってしまうため、
楽しく食事をすることが難しくなるという課題がありました。

そこで、ごはんでみんなの健康を支える会社「日清医療食品」は、見た目も楽しめる「ムース食」を提供しています。ムース食は、ふつうの料理と同じような見た目をしているのに、口に入るとふんわりとやわらかい特別なごはんです。かむ力や飲みこむ力が弱い人でも食べやすく、少ない量でも必要な栄養がしっかりとれます。また、食べることは、栄養をとるだけではなく、毎日の楽しみになる大切な時間で、「こころの栄養」にもなります。ムース食は見た目や香り、味で「どんな料理を食べているか」がわかるので、「食べるよろこび」も感じられます。このムース食以外にも、さまざまな工夫をしながら、「みんながうれしい」ごはんをつくっています。

☒ キーワード

ひつよう えいよう
必要な栄養

健康に生活していくために、毎日とるべき栄養素(炭水化物・たんぱく質・脂質・ビタミン・ミネラルなど)の量のことです。

性別や年齢、体の運動量などによって、必要な栄養の量は変わっていきます。

た
食べるよろこび

おいしいごはんを見て「わくわくする」、食べて「おいしい」と思う気持ちのことです。食べるよろこびは、こころの栄養になり、こころを元気にしてくれます。

☒ たいしょう 対象ゴール



みなさんにできること！

身のまわりの「みんながうれしい工夫」をさがしてみましょう。

- 年をとったり病気になったりすると、かむ力や飲みこむ力が弱くなることがある。
- 「日清医療食品」は、お年寄りや病気の人でも食べやすい「ムース食」を提供している。
- ムース食は味も見た目も楽しめて、栄養もしっかりとれる。

メモ



SDGs ラジオ