

2022年9月26日

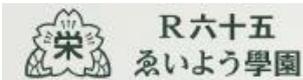
SOMPOケア株式会社

SOMPOケアフーズ株式会社

食事や栄養に関する知識を深める 65 歳からのウェブサイト 「R六十五 えいよう学園」を開設

SOMPOケア株式会社（本社：東京都品川区／代表取締役社長 鷲見 隆充、以下、「SOMPOケア」）と子会社であるSOMPOケアフーズ株式会社（本社：東京都品川区／代表取締役社長：中村 安志、以下「SOMPOケアフーズ」）は、このたび、65歳以上の高齢者を対象に、食事の重要性や年齢に合った栄養の摂取方法、運動を通じた健康づくりなどを楽しく学ぶことのできるウェブサイト“R六十五 えいよう学園（以下、えいよう学園）”を開設しました。

えいよう学園を通じて、年齢にあった栄養や身体づくりなどを学ぶことで、日々の食事・栄養に対する意識を高め、健康づくりの一助となることを目指していきます。



URL : <https://shokurakuzen.sompocarefoods.com/eiyou/>

1. 背景と目的

SOMPOケアグループでは、行動指針の一つとして掲げている「私たちは、『おいしく食べる』を追求し、『元気を生む』を支援します」のもと、高齢者にとって大きな栄養課題の一つである低栄養状態の未然防止と改善に向け、ご利用者さまの食欲や嗜好、食習慣を大切にされた栄養ケアに取り組んでいます。

低栄養状態とは、健康な身体を維持するために必要な、主にたんぱく質やエネルギーが不足する状態を指します。低栄養状態になると、体重の減少や体力・免疫機能・認知機能の低下、傷の治りが遅くなるなどの症状が徐々に現れるようになり、そのリスクは、年齢が上がるとともに上昇するといわれています。（参考：公益社団法人長寿科学振興財団 健康長寿ネット）

しかし現在、そのような深刻な問題にもかかわらず、低栄養や、年齢や状態に合った栄養摂取に関する情報や知識は、世間一般に十分浸透しているとはいえません。そこで、正しく有意義な情報を広く発信し、高齢者ご本人やそのご家族に改めて食事・栄養について学んでいただく機会を提供していくことで、健康寿命の延伸につなげたいと考え、このたび、65歳以上の高齢者を対象としたウェブサイト“えいよう学園”を開設しました。

2. えいよう学園の理念

「人生の安定は、栄養にあり」

たんぱく質とエネルギーが不足する「低栄養」。実は、高齢者にとって最大の栄養問題となっています。放置するとひどい場合には、ベッド上での生活を余儀なくされることも・・・
毎日の楽しい生活のために、年齢に合わせた栄養を学ぶため、この「R六十五 えいよう学園」は開校しました。

3. えいよう学園の特徴

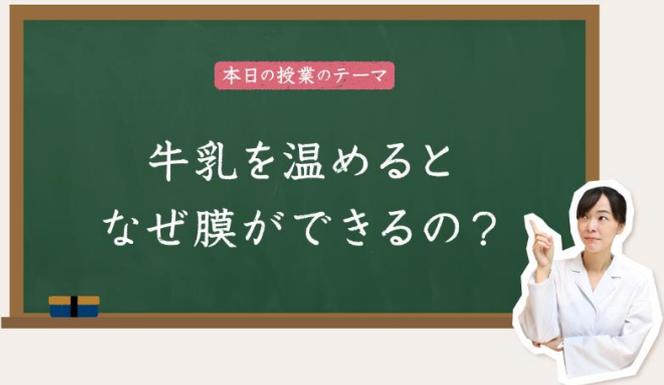
えいよう学園は、「国語」、「算数」、「理科」、「社会」、「体育」の5教科を中心に構成されており、それぞれの教科から栄養に関する知識を習得することができます（教科とコンテンツは、徐々に増やしていく予定です）。

それぞれの教科を監修するのは、SOMP Oケアフーズの管理栄養士チームです。さらに特別な専門知識を習得した臨床栄養師のノウハウも活かされており、栄養のプロフェッショナル集団が、栄養や健康に関する知識をさまざまな角度からお伝えします。

また、5教科以外にも、SOMP Oケアフーズが販売する、自宅で暮らす高齢者向けのお食事宅配サービス、冷凍タイプの完全調理済み惣菜「食楽膳」・「食楽膳プラス」に“ちょい足し”して栄養をアップできるレシピも紹介しています。

■コンテンツの一例

「理科」の授業：生徒との会話形式で、食べ物の不思議や栄養について林先生が解説します！



本日の授業のテーマ

牛乳を温めると
なぜ膜ができるの？

あ、ホットミルクですか？ 美味そうですね

いやあ、ちょっと冷房で冷えてしまって…
でも、なんか **膜みたいなのが浮いてる** んですよ 捨てた方がいいですかね？

ストップ！ それは食べられるんですよ



牛乳を加熱すると
空気に触れている牛乳の表面から水分が蒸発し
表層部が部分的に凝縮されます。



この膜はたんぱく質のかたまりだったのかあ
それを捨てようとしてたなんて…

ね、もったいないんです
たんぱく質以外の栄養も含まれていますから
これからは捨てずになるべく食べましょう♪

■食楽膳“ちょい足し”レシピの一例

【ビーフカレー（食楽膳ムース）＋バター4gをちょい足し！】



内容量	124g
エネルギー	142kcal
たんぱく質	3g
食塩相当量	1.4g

“ちょい足し”効果

乳脂肪が主成分のバターには、乳由来のビタミンA、E、Dも豊富。特にビタミンAで皮膚や粘膜を健全に保ちます。もともとは108Kcalのビーフカレーもバターを入れることで約30Kcalのエネルギーアップ。量を増やさずに、たんぱく質も摂取できるようになりました。

4. 今後について

SOMPOケアならびにSOMPOケアフーズは、これからも高齢者の健康に資する食事メニューの開発、お一人おひとりの心身状態に合わせた栄養ケア・マネジメントや外販事業などを通じ、「おいしさ」を追求し、「食」から高齢者の心身の健康を支えていきます。

<お問い合わせ先>

SOMPOケアフーズ株式会社

〒140-0002 東京都品川区東品川4-12-8 品川シーサイドイーストタワー

【報道関係者さま】 SOMPOケアフーズ TEL：03-5715-5530

【お客さま】

TEL：0120-604-407 受付時間 平日 10時～15時（土日祝日を除く）

FAX：03-5715-1756

E-mail: scf-info@sompocare.com

■【食楽膳】【食楽膳プラス】購入サイト：<https://shokurakuzen-sompocarefoods.com/>

以上