

2024年11月19日

大阪府住宅供給公社

糖尿病の方でも安心して食べられる 「体にやさしいちらし寿司」試食会を開催

～2024年11月26日（火）@茶山台団地 19棟集会所（堺市）～

大阪府内において公社賃貸住宅スマリオ（SMALIO）を提供する大阪府住宅供給公社（本社：大阪市中央区、理事長：山本 譲、以下、公社）は、帝塚山学院大学（堺市南区、学長：西川 隆蔵）と「やまわけキッチン」（茶山台団地内の一室にある惣菜店、運営：NPO 法人 SEIN）との協力により、糖尿病や肥満の方でも安心して食べられる「体にやさしいちらし寿司」の試食会と健康栄養講義「体にやさしい食事」を2024年11月26日（火）に茶山台団地 19棟集会所（茶山台としよかん）にて開催します。



■ 体にやさしいちらし寿司

ちらし寿司は、見た目が華やかなだけでなく、魚介類、野菜、卵など多様な具材が使われているため、タンパク質、ビタミン、ミネラルなどの栄養素をバランスよく摂取できますが、たくさんの砂糖が使われています。帝塚山学院大学 食環境学部 管理栄養学科 南野幸生教授と「やまわけキッチン」との協力により考案された「体にやさしいちらし寿司」は砂糖のかわりに低エネルギーの甘味料を使用し、また食物繊維が豊富な野菜を多く取り入れて血糖値の急上昇を防ぎます。糖尿病の方、また肥満や脂質異常症の方でも安心して楽しめるよう、工夫を凝らしたちらし寿司です。ぜひお試しください。

「体にやさしいちらし寿司」は体にやさしい食事『幸生めし』の第一弾になります。この試食会の開催にあたり、南野幸生教授による健康栄養講義「体にやさしい食事」も行われます。

今回の取組みは、帝塚山学院大学の専門的知見を活かし、講話による食意識と試食を通じた食行動の変容により、食習慣（生活習慣）の改善につなげることをねらい実施するものです。

なお、公社は、帝塚山学院大学及び社会医療法人生長会と連携して、団地にお住まいの方に寄り添い、さまざまな健康に関する不安や悩みを気軽に相談できる場所「まちかど保健室」を実施しています。

▼南野幸生教授（帝塚山学院大学 食環境学部 管理栄養学科）

管理栄養士、糖尿病療養指導士

「市立吹田市民病院で32年間、管理栄養士として患者さんの栄養サポートを行ってきました。医食同源の理念に基づき、食事を通じて病気の予防や改善を目指しています。患者さん一人ひとりの健康状態やライフスタイルに合わせた栄養指導を行い、食事が健康に与える影響を最大限に活用することを心掛けています。」



■開催概要

日時：2024年11月26日（火）12時～13時

場所：茶山台団地 19棟集会所（茶山台としよかん）

（大阪府堺市南区茶山台2丁目1番、

泉北高速鉄道「泉ヶ丘」駅から徒歩約10分）

予約方法：2024年11月20日（水）からWeb予約受付

<https://airrsv.net/hokenshitsu20241126/calendar>



△19棟集会所（茶山台としよかん）



公社は経済産業省の選定する「健康経営優良法人認定制度」において、2020年から5年連続で「健康経営優良法人」に認定されており、入居者の皆様の健康サポートにも取り組んで参ります。



2024
健康経営優良法人
Health and productivity
ブライト500

◆大阪府住宅供給公社概要

代表者：理事長 山本 譲

所在地：大阪市中央区今橋2丁目3番21号

事業内容：公社賃貸住宅 SMALIO（スマリオ）等の管理・運営事業

公社WEBサイト：<https://www.osaka-kousha.or.jp/>



SMALIO
公社賃貸住宅 スマリオ

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

大阪府住宅供給公社は
持続可能な開発目標
(SDGs)を支援しています

※本資料はインターネットプレス配信サービス「PRTIMES」、大阪府政記者会、堺市政記者クラブに配布しています。

【報道関係者様からのお問い合わせ先】

大阪府住宅供給公社 総務企画部 経営戦略室 企画課 企画・広報グループ 担当：岡崎

Tel：06-6203-5450 携帯：070-4561-3634 FAX：06-6203-7184

E-mail：kikaku5450@osaka-kousha.or.jp