

# はじめよう！ 栄養の整理整頓

ご存知ですか？ 8/4は「栄養の日」、8/1-8/7は「栄養週間」  
なんです。みなさんのそばにいる管理栄養士・栄養士が、  
栄養をたのしむためのイベント「栄養ワンダー 2021」を開催  
します。さらに特設サイトでは、「栄養の整理整頓」をテーマ  
に、毎日の食事に役立つ管理栄養士・栄養士のテクニック  
やヒントが大集合。「栄養の日・栄養週間」をきっかけに、  
カラダよろこぶ栄養習慣をみつけてみましょう。

栄養を整理整頓する術を  
100用意したてあります。

特別協賛：  
 **Zespri**  
KIWIFRUIT

人も地球も健康に  
**Yakult**

健康にアイデアを  
**meiji**

 **伊藤園**

 **あるとほつ、  
知るとほつ。**  
一般社団法人 日本即席食品工業協会

Eat Well, Live Well.  
**Aj**  
AJINOMOTO

 **第一出版株式会社**

一般協賛：  
さとの雪食品株式会社  
株式会社林原

主催： 公益社団法人 日本栄養士会 / 47都道府県栄養士会

後援：厚生労働省、外務省、農林水産省、消費者庁、内閣府食品安全委員会、国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所、国立研究開発法人国立長寿医療研究センター、公益社団法人日本医師会、公益社団法人日本歯科医師会、公益社団法人日本薬剤師会、公益社団法人日本看護協会、公益社団法人日本理学療法士協会、一般社団法人日本作業療法士協会、公益財団法人健康・体力づくり事業財団、公益財団法人骨粗鬆症財団、公益財団法人児童育成協会、公益財団法人食品等流通合理化促進機構、一般社団法人全国栄養士養成施設協会、公益社団法人全国学校栄養士協議会、社会福祉法人全国社会福祉協議会、公益社団法人全国老人福祉施設協議会、公益社団法人全国老人保健施設協会、公益社団法人全日本病院協会、一般社団法人日本アレルギー学会、特定非営利活動法人日本栄養改善学会、一般社団法人日本栄養学教育学会、公益社団法人日本栄養・食糧学会、一般社団法人日本癌学会、日本給食経営管理学会、日本外科代謝栄養学会、一般社団法人日本健康・栄養システム学会、特定非営利活動法人日本高血圧学会、一般社団法人日本骨粗鬆症学会、一般社団法人日本在宅栄養管理学会、一般社団法人日本サルコペニア・フレイル学会、一般社団法人日本循環器学会、一般社団法人日本小児アレルギー学会、一般社団法人日本小児臨床アレルギー学会、一般社団法人日本食育学会、一般財団法人日本食生活協会、公益社団法人日本食品衛生協会、一般社団法人日本腎臓学会、特定非営利活動法人日本スポーツ栄養学会、公益財団法人日本スポーツ協会、一般社団法人日本摂食嚥下リハビリテーション学会、公益財団法人日本知的障害者福祉協会、一般社団法人日本透析医学会、一般社団法人日本糖尿病学会、一般社団法人日本動脈硬化学会、公益社団法人日本認知症グループホーム協会、一般社団法人日本病院内、一般社団法人日本病態栄養学会、一般社団法人日本プライマリ・ケア連合学会、一般社団法人日本臨床栄養学会、一般社団法人日本臨床栄養代謝学会、一般社団法人日本老年医学会、公益財団法人母子衛生研究会（順不同）

# 「栄養の日・栄養週間」 特設サイトへGO!

## 栄養を整理整頓する4つのやってみよう!

栄養を整理整頓する「知る」「観る」「作る」「活かす」の  
4つのコンテンツが特設サイトで公開中!  
さっそくチェックして「栄養の日」をたのしもう。

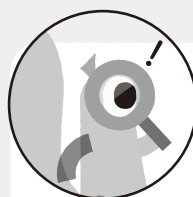
### 知る



#### 栄養の整理整頓100

日本全国の管理栄養士・栄養士から、食事・食生活を整えるための  
栄養の整理整頓を集めました。日本の栄養学100年の歴史に  
ちなみ、厳選の100例をご紹介します。気になった整理整頓術  
は、収集して自分だけの整理整頓BOXが作れる便利な機能も!

### 観る



#### 市民公開講座

8/1(日)からの4日間にわたって公開される全4回の動画コンテ  
ンツ「市民公開講座」。管理栄養士・栄養士が、さまざまな観点か  
ら「栄養の整理整頓」を披露します。気軽に学べる内容になって  
いるので、ぜひチェックしてみてください。

### 作る



#### 予防めし 管理栄養士・栄養士の日々ごはん

感染症の予防に役立つ管理栄養士・栄養士の毎日のごはんを、  
特設サイトに公開中です。投稿ごとに投票ボタンを搭載してい  
るので、「これは役に立つ!」や「献立に使えそう!」と思ったら、ぜ  
ひボタンを押してみてください。何かが起きるかも!?

### 活かす



#### ひきだせ! 栄養のポテンシャル

スーパーやコンビニで目にする機会も多い、身近な商品や食材を  
使った整理整頓術を、管理栄養士に考案してもらいました。効果  
的に栄養素を摂取するために、知っていると便利な整理整頓術。  
賢くおいしく食べて、栄養のポテンシャルをひきだしましょう。

栄養の日 8/4 栄養の日 8/1→7 栄養週間  
たのしく食べる、カラダよろこぶ

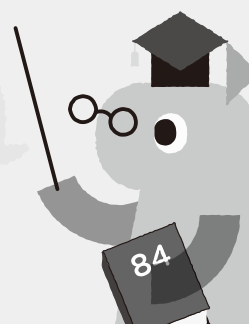
たのしく食べる

検索

www.nutas.jp/84



なぜリス?の答えは  
特設サイトを  
チェックであります。



せりリス  
栄養の日・栄養週間 2021  
公式ナビゲーター