

大阪市立大医学部付属病院先端予防医療部の福本真也副部長と同病院栄養部の塚田定信保健主幹のグループは、生活習慣病予防のための主食と主菜と副菜の量的配分に考慮した「1:1:1:1お弁当ダイエット法」を考案した。医療機関との連携による献立を生活者に届ける「グローバル・アイ」（大阪市）が28日から、ダイエット法に基づく弁当を近畿地区の各スーパーやコンビニ、病院売店で販売する。

### 市立大、弁当ダイエット法を考案 生活習慣病予防に役立てて

栄養部では、糖尿病入院患者への主食・主菜・副菜の量的配分を研究。弁当箱に主食1、主菜1、副菜1の割合で詰め合わせることで、三大栄養素のバランスを適正に保ちながら、容量と重量からおよそのエネルギー量を算出できる「弁当用カロリー測定システム及び弁当用カロリー測定器」を開発し、特許を取得した。塚田主幹は「お弁当」という具体的なアイテムを使うことで栄養改善に役立ててほしい」と話す。



十五穀米とチキンカツレツ



もち麦ご飯とチキンステーキ

（木下功）