平和町大通り商店街振興組合　第３回まち塾（まちなか商店学習塾）

健康とお肉のおいしい関係　健康寿命を延ばす「上手な食べ方」
———焼肉ホルモン酒場へいちゃん

「最初は焼肉と健康の関係がイメージできず戸惑った」と語る店長。しかし、金沢市立病院の管理栄養士と一緒に研究会を重ねるごとに、肉には予防医学と健康寿命を延ばす効果があることを学んだと言います。

第２回まち塾同様、市立病院の管理栄養士とヘルシーメニューを共同開発。たれに含まれる塩分測定をはじめ、塩分や糖質を抑えたり、野菜を摂取したり、肉の種類や部位でカロリーをコントロールする試食コース（ヘルシーチャレンジメニュー）を完成させました。

当日は専門医と管理栄養士のお話に続き、５種類の肉をメインにしたコースを試食。種類や部位ごとにカロリーを当てる「にくにくクイズ」も挟みながら、自分に適した摂取量を調整する大切さを学んでもらいました。

【開催してみて】

○募集定員に達し、申込みを多く断った。

○スタッフの専門スキル向上につながった。

○試食コースは単品ごとにカロリー計算をしてあるので、盛り付けに手間取った。

【成果のポイント】

○マスコミの影響か電話の問合わせが多い。

○年配のお客様が増えた。それにより、１７～１９時の間の売り上げが伸びた。

○お客様に対して、肉の特徴や健康への効果が語れるようになった。

○牛肉メニューにカロリー表示をしていく。

○保健所の安心安全店の認定をめざす。