

今回、栄養士さんのご協力により、「SAT システム(イワサキ)」を体験していただけることになりました。SAT システムとは、リアルな食品サンプルから、普段の食事や気になる食事を1食分選んでいただき、システムに乗せると栄養バランスを5段階で判定するものです。普段の食生活バランスを知るためにも、ぜひこの機会にご参加ください。



1. さまざまなフードモデルから
「一食分の食事」を選びます



2. 選んだ食事をシステムに載せて、
栄養バランスを確かめます