



Medi-Chef®

NEWS

<発行元>
 (一社) 日本医食促進協会
 静岡市清水区真砂町3-27
 TEL 054-366-8785
 2021-11-01発行

— 2021年前半の活動報告と今後の取組内容をトピックスでお届け —



メディシェフ調理における「プロの料理人」同士のコミュニティ構築へ メディシェフアカデミー精力的に活動中

4~6月に健康弁当づくり、7~10月に料理人トークを収録&随時配信、11~12月はオードブル製作へ

「メディシェフ×ふじのくに食の都仕事人」チームの「健康弁当」第一弾【食の三重奏弁当】第二弾【ふじのくに みんなで和になろう！免疫力を高める初夏の健康懐石弁当】が静岡県庁へ。第三弾【ふじのくに 美と健康ランチ弁当】は三島市内の方々へとそれぞれ販売されました。

いずれのお弁当も予約が予定数を上回る好評っぷり！数多くの静岡県産食材を使用し、栄養バランスのとれたお弁当でした。特に第三弾のテーマは「食の楽しさとPFCバランス」と、メディシェフらしい内容に。PFCとは「P=たんぱく質」「F=脂質(脂肪)」「C=炭水化物」を示し、厚生労働省が提示している生活習慣病の予防・改善の指標となる三大栄養素の理想量です。PFCバランスとは摂取カロリーのうち三大栄養素がどれくらいの割合を占めるかを示した比率のことです。

考案者の笹俣シェフからは、「毎日の何気ない食事があなたの美や健康を作ります。そして静岡の豊かな風土や食材がお手伝いしてくれます。良く噛んでゆっくりお召し上がりください。」というメッセージが添えられていました。内容については、メディシェフチャンネル (YouTube) をご覧ください。

なお、11~12月は動画を更新することに加え、クリスマスオードブル製作を行います。

メディシェフチャンネル
 レポーター&登壇者
 引き続き募集中!

ご興味ある方はぜひ発行元までご連絡を!!!

メディシェフチャンネルへは
 こちらのQRコードからどうぞ



令和3年度健康食メニュー開発プロジェクト まもなくプレスリリース



ハートフルダイニングおんふらんす
腸活ランチプレート

今年度も実施しておりますメディシェフ×静岡県「令和3年度健康食メニュー開発プロジェクト」。静岡県内の健康食産業の拡大や県民の健康増進のため、参加事業者に健康食知識の獲得（メディシェフ資格の取得）と健康メニュー開発（日本医食促進協会が支援）を行って頂くことで、参加事業者が継続的に健康食を提供できる環境を整えると共に、県民が健康食メニューを日常的に選択できる環境をつくることを主旨としています。11月下旬に開催される「成果報告会（お披露目会）」に向けて、現在メニューの最終調整真っ最中。

成果報告会では、本事業の結果報告として、参加事業者（全8社）のみなさまが開発された商品の発表会を実施する予定です。今年7月に取り組んでいただいた健康食メニュー開発をする上での商品コンセプトやターゲット設定のワークショップをベースに、各社に合った方向性を探究する時間を設け、「ダイエット・メタボ」「糖尿病向け」「高血圧症向け」「健康続伸・運動系」「美容系（腸活）」「美容系（貧血）」それぞれの条件を数値で明確にし、各社のメニュー開発にお役立ていただけるよう、担当者が導いております。成果報告会にご興味をお持ちの方は協会までお問い合わせください。

レシピコンテスト応募受付中！

テーマ食材は「大豆ミート」

【募集期間】2021/10/1～12/27

【応募資格】

メディシェフジュニア以上の有資格者および受講中の方
（個人でもグループでも応募可、ただしグループ応募の場合は1名以上の有資格者が必要）

【ルール】「大豆ミート」を使ったワンプレートメニューつくる

1皿での作品であれば、丼のような1品でも、おかずなどを添えた複数品でも可

- 1.メディシェフが推奨する下記の栄養条件を守っていること
<500kcal以下、食物繊維7g以上、塩分相当量3g以下>
- 2.レシピの一部に「大豆ミート」を活用すること
- 3.応募用紙に使用した「大豆ミート」商品の栄養成分表を添付すること

【評価項目】栄養価を守りつつ、美味しさ、ボリューム、見栄えを出す工夫やユニークさ

詳細はメディシェフウェブサイトをご覧ください



メディシェフレシピコンテスト2021

テーマ：『大豆ミート』を使ったワンプレートメニューを考えよう！

「大豆ミート」とは・・・
主に油分を絞った大豆に熱や圧力を加えて乾燥させることで、お肉のように見立てた加工食品です。高たんぱくで低脂肪、食物繊維が豊富、長期保存が可能といったことから、近年は健康食として女性や健康意識の高い方への注目を集めています。

【募集期間】2021年10月1日(金)～12月27日(月)
【公式サイト】<https://www.medi-chef.org>

メディシェフとは

一般社団法人 日本医食促進協会が認定する医師の新しい専門家を育成する資格です。
医療・栄養・調理に関する知識を総合的に学び、健康・予防・疾患に適した食を提供する人材を育てます。

評価項目

①栄養価、②美味しさ、③ボリューム、④見栄え
⑤ユニークさ ⑥料理名の独創性 等で評価します

応募方法

応募用紙（別紙）に必要事項を記入し、料理の写真（1点）を添付して郵送またはメールで応募
※応募用紙はウェブサイトに掲載しています

応募資格

メディシェフ受講者 または 有資格者
個人でもグループでも応募可、グループ応募の場合は1名以上の受講者・有資格者が必要
※年齢・性別・国籍・職業は問いません

表彰

最優秀賞：1組 優秀賞：2組

審査方法

(1)一次審査(書類審査)
応募用紙と料理写真及び審査員3名以上を審査する。
一次審査通過者の発表は2021年11月中旬にメールにて通知する。

(2)二次審査(プレゼン動画審査)

二次審査はプレゼン動画を審査員より審査する。発表時間は2021年12月3日(日)開催する「メディシェフサミット2021」にて発表。サミットにて動画化も実施。

主催：一般社団法人日本医食促進協会

後援：人間総合科学大学・メディシェフレジリエーション

【お問合せ・応募用紙提出先】

一般社団法人日本医食促進協会 宛

424-0816 静岡県清水区真砂町3-27

メール: info@medi-chef.org TEL: 054-366-8785

景品

入賞者方には
景品をご用意しています！



レシピコンテスト2021締切は12月27日

最新情報は <https://www.medi-chef.org/> または Facebook からどうぞ