

開催日：2023.10.12(木) 14:00~14:45

ウェビナー内容

## 「減塩への新しいアプローチ ナトカリ比について」

高血圧予防に「減塩(ナトリウムを減らす)」が重要ということは広く知られており、減塩に取り組む人が増えていきます。しかし家族や親戚、友人との楽しい食事、外出先での食事、忙しいときの食事など、減塩の実践や継続が難しいときもあります。近年、高血圧予防のために、ナトリウムの体外への排泄を促進するカリウムを野菜等から積極的に摂取し、ナトリウムとカリウムの摂取バランス(「ナトカリ」バランス)を意識した食生活を送ることへの関心が高まってきています。

本ウェビナーでは、減塩への新しいアプローチであるナトカリ比について、国内での最新の研究事例についてお話し、カゴメ野菜と生活管理栄養士ラボ®の健康セミナー体験版もお楽しみいただけます。

【講演者】



博士(農学)、カゴメ株式会社食健康研究所・課長

一般社団法人ナトカリ普及協会・事務局 牛田 悠介氏

九州大学大学院農学研究院生命機能科学専攻修了後、カゴメ(株)に入社(2007年)し、2019年10月から現職。2011年4月から2013年6月までJohns Hopkins大学に客員研究員として留学。2016年に九州大学にて博士号(農学)を取得。2023年5月17日に(社)ナトカリ普及協会を設立。

カゴメ株式会社 管理栄養士 甲斐 尚子氏

カゴメ(株)に1991年入社。営業、お客様相談センター、物流部門を経た後、2022年健康事業部に異動。営業、特定保健指導、健康セミナー講師と何足ものわらじを履く。明るくほがらかな人柄と、経験や実感のこもったセミナーがお客様に大変好評。



## タイムスケジュール

- 14:00 カゴメ株式会社 牛田 悠介氏 講演  
「ナトカリ比と食の行動変容について  
~ナトカリ比とベジチェックを合わせた新たなプログラムもご紹介!~」
- 14:25 カゴメ株式会社 野菜と生活 管理栄養士ラボ® 甲斐 尚子氏 健康セミナー体験版  
「我慢するだけじゃない! 塩との上手な付き合い方」
- 14:35 ナトカリ比改善プログラムの紹介
- 14:40 株式会社こまど社 挨拶



※ご都合に合わせて、ウェビナー中に入退出頂いても構いません。

お申込み 10/12(木)12時~

下記リンクからフォーム送信、または右記QRコードからお申し込みください。

<https://healthcare.kagome.co.jp/form231012>

お問合せ先:カゴメ株式会社 東京本社 健康事業部  
メール:kagome.happy-wellness@kagome.co.jp



※オンライン形式(zoom)での開催となります。PCやタブレットなどのモバイル端末と、インターネット環境のご準備をお願いします。

参加希望者多数の場合は先着順とさせていただきます。

「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。