



阿部忍社長

## 人それぞれの「美味しい」

今年で創立20周年の節目を迎えた桜町調剤薬局は「健康サポート薬局」として皆の健康増進を願いながらスタッフたちは日々の業務に邁進。管理栄養士による『栄養相談窓口』を設置して地域住民の悩みに寄り添い、定期的に健康増進セミナーを開催して食や栄養に関する情報発信を行っている。

今回のセミナーは阿部社長自らが講師を務め「美味しいものを美味しく食べること。シンプルだがこれが

## 桜町調剤薬局

# 「美味しく食べて健康に！」

## 第5回健康増進栄養セミナーを開催

桜町調剤薬局を運営する(有)マスト（北見市桜町5…阿部忍代表取締役社長）は11月20日、NCCC芸術文化ホールで健康増進栄養セミナー『美味しく食べて健康になろう！』北海道の大地が生み出す美味しさとは』を開催。阿部社長が講師を務め、集まったおよそ30人の市民らは健康や食への理解を深めようと熱心に耳を傾けた。

「一番重要」そんな呼びかけでスタートした。「そもそも美味しいって何だろう？」

「美味しい、の感覚は皆同じなのかな？」なるほど、「美味しい」という言葉は何気なく皆が口にするが、そのニュアンスは人それぞれ違いがあり、いろいろな種類の「美味しい」が存在するという。また「美味しい」を構成する要素には『好みの味』『環境』『シチュエーション』『愛情』『思い出』など実に様々なものがあるが、いずれも身体の要求度、つまり「足りないものを補うとき」に美味しさを感じられるという。さらに「美味しい」を考える上では、この北海道がキーになる「そう、人々の要求を満たすべき食材がこの北海道には豊富に存在しているというのだ。

と、以上が冒頭における導入部分でここからが本題。栄養の五大要素、中でも『ビタミン』とミネラルの効能と摂取』について幅広く奥深く話が展開し『北海道の食材に潜む魅力と可能性』へと発展していく実に興味深い流れなのだが…ここで全てを紹介するには紙面が足りず。ということで、定期的開催されるこの健康増進セミナーにぜひ参加されて直接お話を聴くことをおススメしたい。健康そして栄養。全ての人に共通するであろう関心度の高いテーマに沿って、実に様々な学びを得ること間違いなしです。