



「アンテナショップ福祉の店郡山」（1期）を開催！



6月13日～23日までの11日間、ヨークパーク郡山店においてアンテナショップ「福祉の店郡山」（1期）を開催しました。イトーヨーカ堂の閉店が決定してから、別場所にてアンテナショップを開催してきましたが、今般、ヨークパーク郡山様のご協力とご厚意により、以前と同じ場所にて今年度最初のアンテナショップを開催することができました。県内56福祉事業所から、491品目、約4,810個の出品があり、限られたスペースではありましたが、多くの来場者に製品を手にとって見て頂き、焼き菓子、花苗や野菜苗、手工芸品など多くの商品をお買いあげいただきました。改めて、出店事業所の皆様に感謝申し上げます。



「食べて整える、夏のからだ」

梅雨の時期ですが、連日暑い日が続いています。新型コロナウイルスは落ち着きましたが、この時期は「食中毒」により私たちの暮らしと健康を脅かす時期に入ります。腸内環境を活発にさせることで、免疫力を高めることが大事です。その理想的な腸内環境を整える食材こそが「発酵食品」なのです。身近にあるものが「納豆」です。納豆には腸の環境を整えてくれる善玉菌が多く含まれています。

昨年の納豆年間消費量は福島県が1位で、2位が茨城県、3位が岩手県となっています。毎日の食事に「納豆」だけ食べるのもいいですけど、「納豆キムチ」など発酵食品を組み合わせることで、さらに効率よく菌をとることが出来るそうです。余談ですが、一日3食「タンパク質」を摂ることも体を維持するには大事なことです。動物性たんぱく質と植物性たんぱく質を組み合わせた「チーズ納豆」を食べることにより吸収が良くなると聞いています。



健康の基本である「食」を見直し、ウイルスと熱中症から身を守って今年の夏を乗り切っていきたいですね。

（担当：会津圏域担当 増井 義博）

《事務局から》

販売会を開催しますので、お近くにお越しの際はお立ち寄りください。

○ まごころショップ in エスパル郡山

開催日時 令和7年7月4日（金）～7月13日（日） 10:00～20:00

開催場所 エスパル郡山 1階 ポップアップスペース（センターコート近く）

○ アンテナショップ「福祉の店いわき」（1期）

開催日時 令和7年7月19日（土）～7月29日（火） 10:00～18:00

※最終日は15時終了となります

開催場所 イオンいわき店 2階 催事場