

●当 NPO からのメッセージ

これまで妊婦に対するヨード補給活動を重ねてきたが、出産後自宅に戻ると、前の食生活にもどり、ヨード欠乏症の罹患率は 25%と余り改善されないという経験を持っています。病院や保健婦の栄養指導が待たれます。ポイントは下記のとおり。

- ・食事は腹八分目とし、満腹を避けること
- ・いろいろな食材を食べて栄養の多様化に努めること
- ・ヨード欠乏にならぬようヨード添加塩を使用すること、ただし多量摂取は病気のもと。

上記のことが、都会や農村において常識になるよう、留学生の将来の指導活動が待たれます。

■ 留学生の日本での生活ぶり



甲子園大学栄養学部を見学



栄養学部実習調理室の案内受ける



調理室の仕組みを聞く



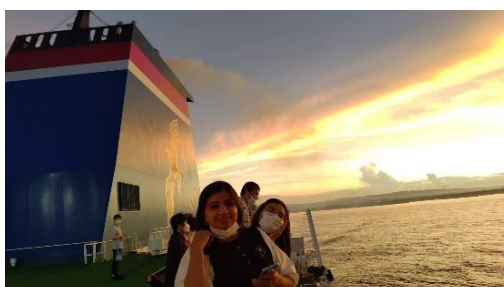
ネパールとの差を学ぶ



珈琲店にてアルバイト
中。



緊張の店員ぶり



宮城に研修旅行 フェリーの体験