

向陽台薬局 & 駒沢女子大学健康栄養相談室 ☆ コラボ企画 ☆

# ローリングストック 始めましょう！

## ＜展示企画のご案内＞

期間：2020年12月7日(月)～

場所：向陽台薬局内

- 手軽に買えるローリングストック食品の紹介
- たんぱく質、ビタミン、ミネラルを摂るヒント
- ローリングストック食品の活用法



## ～新しい備蓄方法～ ローリングストック

普段から少し多めに食材・加工品を買っておき、使った分だけ買い足しておくことで、常に一定の食材を家に備蓄しておく方法をローリングストックと言います。



栄養ケア・ステーション  
駒沢女子大学 健康栄養相談室