

Media: Berita Harian  
Date: 9 Aug 2019



## AJINOMOTO MENGGALAKKAN PENGAMBILAN SAYUR-SAYURAN DALAM KALANGAN PELAJAR

**AJINOMOTO** (Malaysia) Berhad (AMB) mendidik pelajar sekolah secara berterusan selama lebih satu dekad tentang faedah pengambilan sayur-sayuran yang mencukupi melalui Projek Sekolah Menengah dalam menangani isu kesihatan sosial disebabkan oleh 94% rakyat Malaysia tidak mengambil sayur-sayuran yang mencukupi seperti yang disyorkan oleh WHO.



Bertujuan untuk menggalakkan lebih banyak pengambilan sayur-sayuran serta menyemai tabiat pemakanan yang sihat dan seimbang dalam kalangan pelajar, projek tersebut berjaya mencapai penyertaan seramai 16,000 pelajar dari Negeri Sembilan dan Melaka dalam 80 sesi pada tahun ini.

Bersesuaian dengan Bulan Pemakanan Malaysia 2019 (NMM), AMB mengambil inisiatif untuk mengembangkan lagi projek ini dengan melibatkan pelajar sekolah rendah menerusi aktiviti Roadshow. Kira-kira 900 pelajar dan guru dari tiga sekolah rendah di kawasan Lembah Klang mendapat manfaat daripada aktiviti tersebut.

Tujuan utama inisiatif ini adalah untuk mewujudkan

kesedaran dalam kalangan pelajar mengenai manfaat pengambilan sayur-sayuran yang berkhasiat. Usahasama antara Jawatankuasa NMM dan AMB telah menerbitkan buku kanak-kanak yang penuh informasi dan berwarna-warni bertajuk "Saya Suka Sayur-Sayuran", yang berguna untuk mendidik kanak-kanak supaya menghargai sayur-sayuran melalui pencerita menarik tentang kaedah pemrosesan sayur-sayuran bermula dari ladang sehingga ke meja makan. Cerita berinspirasi tersebut dapat menggalakkan pelajar mengambil sayur-sayuran yang mencukupi setiap hari.

Selain itu, pelajar dihiburkan dengan program yang menarik, interaktif dan menyeronokkan dimana program bermula dengan tarian "Campur, Campur,

Siapa!" yang bertenaga. Para pelajar juga berpeluang untuk belajar mengenai Umami, rasa asas yang kelima setelah manis, masam, masin dan pahit. Melibatkan diri dalam kuiz yang menyeronokkan merupakan salah satu acara penting untuk memberi motivasi kepada pelajar bagi memperoleh pengetahuan pemakanan dengan cara yang menyeronokkan. Keberkesanan aktiviti ini meningkat melalui penggunaan Pinggan Sihat "Suku-Suku Separuh" yang telah diperkenalkan oleh Kementerian Kesihatan sejak Disember 2016. AMB mengedarkan Pinggan Sihat kepada semua pelajar sebagai alat berguna untuk mengamalkan pemakanan diet seimbang di rumah.

Seperangnya program, AMB

mendidik para pelajar untuk menguasai pengetahuan pemakanan asas mengenai sayur-sayuran dan memberi mereka kuasa untuk lebih bertanggungjawab dalam memilih makanan yang baik untuk kesihatan mereka. Beberapa ganjaran mengamalkan diet seimbang yang sihat ialah seperti pertumbuhan yang sihat, peningkatan sistem imun dan pencernaan yang lebih baik.

Syankat Ajinomoto berharap aktiviti tersebut akan menjadi batu loncatan bagi warga muda Malaysia untuk memulakan amalan diet seimbang dengan pengambilan sayur yang mencukupi melalui Projek Sekolah Menengah dan Roadshow Bulan Pemakanan Sekolah Rendah.