

Media: Sinar Harian

Date: 13 Aug 2019

## Ajinomoto anjur Projek Sekolah Menengah, galak pelajar makan sayur mencukupi setiap hari

**KUALA LUMPUR** – Bagi menanganis isu kesihatan sosial disebabkan oleh 94 peratus rakyat Malaysia tidak mengambil sayur-sayuran yang mencukupi seperti disyorkan oleh WHO, Ajinomoto (Malaysia) Berhad (AMB) menganjurkan Projek Sekolah Menengah.

Projek itu bertujuan mendidik pelajar mengenal kebaikan pengambilan sayur-sayuran yang mencukupi secara berterusan selama lebih satu dekad.

Projek Sekolah Menengah itu menggalakkan pelajar mengambil lebih banyak sayur-sayuran dan menyemal tabiat pemakanan yang sihat serta seimbang.

Projek tersebut berjaya mencapai penyertaan seramai 16,000 pelajar dari Negeri Sembilan dan Melaka dalam 80 sesi yang diadakan pada tahun ini.

Bersempena dengan Bulan Pemakanan Malaysia 2019 (NMM), AMB mengambil inisiatif untuk mengembangkan lagi projek itu dengan melibatkan murid sekolah rendah menerusi aktiviti 'roadshow'.

Kira-kira 900 murid dan guru dari tiga sekolah rendah di kawasan Lembah Klang mendapat manfaat daripada aktiviti berkenaan.

Tujuan utama inisiatif tersebut adalah untuk mewujudkan kesedaran dalam



Jawatankuasa NMM dan AMB bersama murid dengan Pinggan Sihat ketika menganjurkan program bersempena Bulan Pemakanan Malaysia 2019.

kalangan pelajar mengenal manfaat pengambilan sayur-sayuran yang berkhasiat.

Usahasama antara Jawatankuasa NMM dan AMB turut menerbitkan buku kanak-kanak yang penuh informasi dan berwarna-warni bertajuk 'Saya Suka Sayur-Sayuran'.

Buku itu amat berguna untuk mendidik kanak-kanak supaya menghargai sayur-sayuran melalui penceritaan yang menarik tentang kaedah pemprosesan sayur-sayuran bermula dari ladang sehingga ke meja makan.

Cerita Inspirasi tersebut dapat

menggalakkan pelajar mengambil sayur-sayuran yang mencukupi setiap hari.

Selain itu, pelajar dihiburkan dengan program yang mengujakan, interaktif dan menyeronokkan bermula dengan persembahan tarian bertema "Campur, Campur, Slapi!".

Pelajar juga berpeluang belajar mengenal 'umami', iaitu rasa asas yang kelima selain manis, masam, masin dan pahit.

Menyertai kuiz adalah salah satu acara penting untuk memberi motivasi kepada pelajar bagi memperoleh pengetahuan pemakanan dengan cara

yang menyeronokkan.

Keberkesanan aktiviti tersebut meningkat melalui penggunaan Pinggan Sihat 'Suku-Suku Separuh' yang telah diperkenalkan oleh Kementerian Kesihatan sejak Disember 2016.

AMB turut mengedarkan Pinggan Sihat kepada semua pelajar sebagai alat berguna untuk mengamalkan pemakanan diet seimbang di rumah.

Sepanjang program, AMB mendidik pelajar untuk menguasai pengetahuan pemakanan asas mengenai sayur-sayuran dan memberi mereka kuasa agar lebih bertanggungjawab dalam memilih makanan yang baik untuk kesihatan.

Antara manfaat daripada amalan diet seimbang yang sihat ialah pertumbuhan yang baik, peningkatan sistem imun dan pencernaan lebih baik.

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

Untuk maklumat lanjut mengenai AMB, anda boleh layari [www.ajinomoto.com.my](http://www.ajinomoto.com.my)