

おおさき・くりはら

北部ベジプラス通信

令和5年10月から令和6年1月まで、『ベジプラス100&塩eco』で地域の食環境整備」の取組(2コース)が県内各地の協力施設で行われました。

○ベジプラスメニュー提供コース:基準*に合う野菜たっぷり・塩控えめメニューを提供

○ベジプラス情報発信コース:ポスター、チラシ等グッズを活用して情報発信

大崎保健所管内(大崎・栗原地域)でも多くの施設に御協力をいただきました。

本誌では大崎・栗原地域で実施された取組を御紹介します。



©宮城県・産プロダクション

| *メニュー基準 | そうざい・小鉢 | 弁当・定食 |
|---------|---------------------|------------------------------------|
| 野菜量 | 70g以上 | 140g以上 |
| エネルギー量 | - | 850kcal未満 |
| 食塩相当量 | 商品100gに対して、1g未満を目指す | 650kcal未満:3g未満 650kcal以上:3.5g未満 |

ベジプラス100&塩ecoとは

宮城県民はメタボが多く高血圧受療率が高いです。その一因の野菜不足・過剰な食塩摂取の課題解決のため、「野菜!あと100g」「減塩!あと3g」を目指してベジプラス100&塩ecoを推進しています。

●協力施設(29施設)の御紹介●

Pick up!

Pick up!

Pick up!

| 協力施設名 | 業種 | 所在地 |
|-------------------------------|-----------|-----|
| スーパーセンターTRUST 岩出山店 | スーパーマーケット | 大崎市 |
| 株式会社Aコープ東日本 Aコープかしまだい店 | | |
| 株式会社Aコープ東日本 Aコープ沼部店 | | |
| 株式会社いし 枝カフェ | 飲食店 | |
| キッチンらぼーる | 社員食堂 | |
| YKK AP株式会社 東北製造所 | 直売所 | |
| おてんとさん 古川店・産直市場 あじわいの朝 古川店 | 調剤薬局 | |
| 道の駅おおさき | | |
| 旬の店 シンフォニー | | |
| 古川調剤薬局 | 直売所 | |
| 古川調剤薬局 駅東店 | | |
| 古川調剤薬局 鹿島台店 | | |
| 食彩市場 みやざきどどんこ館 | 調剤薬局 | |
| 農事組合法人やくらい土産センターさんちゃん会 | | |
| おてんとさん 中新田店・産直市場 あじわいの朝 中新田店 | | |
| 古川調剤薬局 宮崎店 | 直売所 | 涌谷町 |
| 古川調剤薬局 小野田店 | | |
| おてんとさん 涌谷店・産直市場 あじわいの朝 涌谷店 | スーパーマーケット | 美里町 |
| 株式会社Aコープ東日本 Aコープこごた店 | スーパーマーケット | 栗原市 |
| 丸江スーパー 一迫店 | | |
| 丸江スーパー 岩ヶ崎店 | | |
| 有限会社 相馬食品 | 弁当屋 | |
| サンドビックツーリングサプライジャパン株式会社 | 社員食堂 | |
| HOYA株式会社 ペンタックスライフケア事業部 宮城事業所 | 直売所 | |
| 栗原市若柳地区農産物直売所 くりでん出荷組合 | | |
| おてんとさん 若柳店・産直市場 あじわいの朝 若柳店 | | |
| おてんとさん 栗駒店 | 直売所 | |
| おてんとさん 築館店・産直市場 あじわいの朝 築館店 | | |
| 栗駒特産物直売センター 山の駅 くりこま | | |

!!:ベジプラスメニュー提供あり 公表に同意いただいた施設のみ掲載しています。

Pick up事例の詳細は裏面へ



Pick up!

●協力施設での取組の御紹介●

社員食堂での取組 (サンドビックツールングサプライジャパン株式会社様)

取組についてインタビュー！

社員食堂御担当
株式会社 魚国総本社
磯谷 裕梨 様

いつも日替わりセットと麺セットの2種類を出しており、ベジプラスメニューは3か月間・月2回の計6回、日替わりセットとして提供しました。



1月22日の日替わりセット

- ◇減塩！ミネストローネ
- ◇ハムカツ◇セレクト小鉢
- ◇ごはん

塩分を抑えることが大変でした。減塩調味料を活用し、例えば、ミネストローネには減塩ケチャップと減塩コンソメスープの素を使っています。カレーを提供した際には、減塩ルーを使用しました。

メニューをヘルシーに寄せすぎると日替わりセットを避ける方が増えるため、人気のメニューをベジプラスメニューにすることでお客様に選んでいただけるよう工夫しました。

今後、健診前の時期にヘルシーなメニューにするなど、取組を続けていきたいと思っています。



券売機にスイングポップを掲示

ベジプラスメニューの日にはポスターでお知らせ



ありがとうございました！

スーパーマーケットでの取組 (スーパーセンターTRUST 岩出山店様)



野菜売り場にのぼりやチラシを掲示していただきました！

調剤薬局での取組 (古川調剤薬局 鹿島台店様)



資料とむすび丸ロゴを組み合わせて掲示していただきました！

食塩の量を実感しやすいように、実物を掲示されています。

●宮城県大崎保健所からのお知らせ●

大崎・栗原地域の健康づくりのキャッチフレーズができました！

からだに ちょうどいい生活 始めます！

- 体重は はたちの頃の自分をキープ
- 食事は 野菜プラス100g 塩マイナス3g
- 運動は 歩こう！プラス15分
- お家でも 外でも 受動喫煙ゼロ

野菜料理レシピをホームページにたくさん掲載しています！

1人分 野菜100g以上使用！

- 栄養士オススメヘルシーレシピ
- ちゃちゃっとレシピ

詳しくはこちら(当所HP)→



編集後記

改めて、協力いただいた施設の皆様ありがとうございました。今後とも「ベジプラス100&塩eco」の推進に御協力をお願いします。

発行 宮城県大崎保健所 健康づくり支援班 TEL:0229-87-8010

E-mail:nh-thbke@pref.miyagi.lg.jp

