

## 健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

## 減塩料理コンテスト

運動

食

団地まるごと

その他

## 事業概要

おいしく減塩するための知恵と工夫を「減塩料理コンテスト」を通じて広く募集する。またそのレシピを町民の皆さんに紹介することで、生活習慣病予防に必要な「うす味(減塩)習慣」が定着することをめざすものである。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算

減塩料理投票者数	100人	28,145円
減塩料理応募者	7人	
- 参加者募集(平成25年8月)
  - 塩分控えめ1品料理(塩分 0.5g以下)
  - 応募期間 8/1~9/13
- 審査(みんなの皆野ふれあいまつり 10月27日)
  - 1次審査:管理栄養士・保健師による書類審査(3品選出)
  - 2次審査:みんなの皆野ふれあいまつり来場者による投票
  - 最優秀賞 1品 優秀賞 2品
- 減塩リーフレット作成・配布(12月)
  - 応募作品は、減塩リーフレットとして作成し、希望者に配布
  - ホームページ掲載

## 事業効果

- 食習慣調査により、町民一人当たりの塩分摂取量が減少する。
- 減塩により糖尿病の重症化予防が期待できる。

## その他

- 減塩惣菜、減塩健康メニューの販売等官民一体となり、減塩運動を展開していくことが課題である。