

「うちの人気の塩分控えめメニュー」情報共有 実施要領

1 背景

- 市川保健所管内（市川市・浦安市）は高血圧症の予備軍及び該当者の割合が県内でも高く※、医療費全体に占める循環器系疾患の割合はがんに次いで2番目に多い。減塩は優先して取り組むべき食生活の課題である。※令和元年度 特定健診・特定保健指導データ集計結果より（市国保分）
- 管内の給食施設が提供する食事の食塩相当量は年々減少傾向であるものの、令和2年度の栄養管理状況報告書によると、全体の6割以上の施設が「日本人の食事摂取基準2020年版」による目標量を超える量を提供していると推計される。
- 減塩について取り上げた令和3年度の給食施設研修会のアンケートでは、「限られた調味料の中でおいしく減塩していけるメニューを知りたい」「食塩量についてどのようにしたら改善されるか現場の工夫を知りたい」など具体策に関する要望が多く寄せられている。

2 目的

各給食施設で提供している人気の塩分控えめメニューを共有することで、施設で提供する食塩相当量の低減を図るとともに、給食利用者の家庭へも薄味メニューの情報提供を行うことにより、望ましい食習慣の定着を目指す。

3 対象となる減塩メニュー

市川市又は浦安市内の給食施設で提供されているメニューであり、その施設で提供されている同種のメニューより食塩相当量が少なく、利用者から好評を得ているもの。一般の利用者に提供しているメニュー、治療食のどちらも可。なお、1人前の食塩相当量について数値基準は設けない。

4 情報共有の手順

- ① 各施設から別紙提出シートにより塩分控えめメニューを収集
- ② 保健所において「施設種別」「献立名」「材料」「作り方」「調理のコツ」「盛付・組み合わせなどの工夫／アピールポイント」「1人分の栄養価」について取りまとめたメニュー集を作成
※ 施設名の掲載については、各施設の御希望に応じることとする。
- ③ 塩分控えめメニューを提供いただいた施設に対し、メニュー集を送付

5 提出方法

別紙提出シート（エクセルファイル）に入力し、件名に「うちの人気の塩分控えめメニュー〇〇〇〇（施設名）」と記載のうえ、下記メールアドレスに送信してください。なお、エクセルファイルは「市川健康福祉センター管内給食施設食中毒警報等グループメール」によりグループメール登録施設宛てに送信するほか、市川保健所ホームページにも掲載します。

【提出先】 k.tuhr@pref.chiba.lg.jp

電子ファイルでの提出が難しい場合は、栄養管理状況報告書に同封してお送りください。

6 提出締切

令和3年12月24日（金）

あなたのアイデアがきっと役立ちます！
力を合わせて未来の高血圧を減らしましょう



7 その他

提供いただいたメニューは、他施設で加工して活用することを前提としておりますので、著作権・商標権などの問題の生じないメニューをお選びください。

提供されたメニューの活用にあたっては、本事業の目的（献立の改善や給食利用者及びその家族への情報提供等）から逸脱しないよう御留意ください。