

ふくしま減塩推進ネットワーク会議関係者 御中

---

# 減塩アクションプロジェクト参画と 今後の取組について

2025年7月23日(水)

マーケティング  
食のカンパニー

---

国分東北株式会社

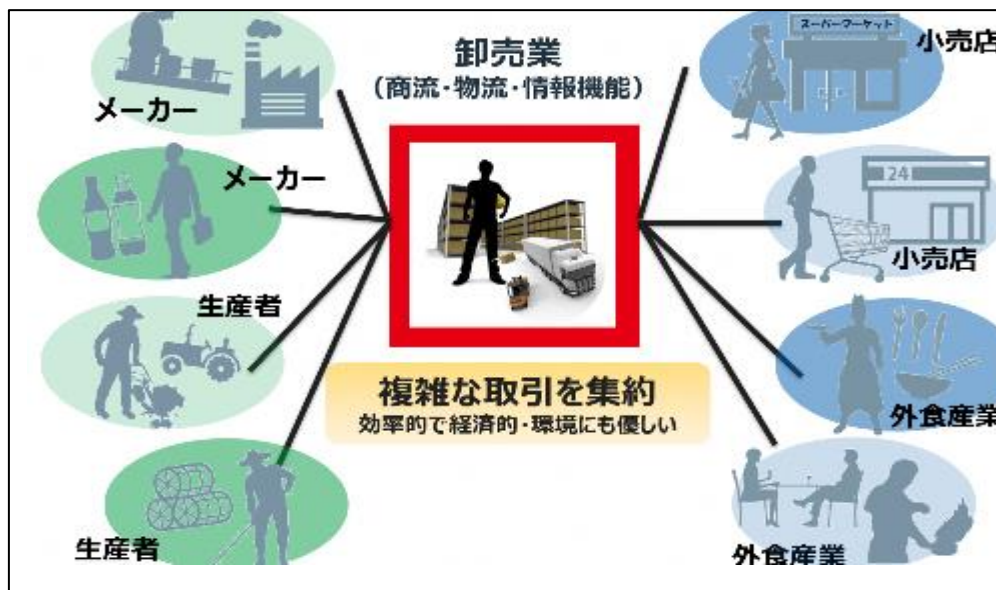
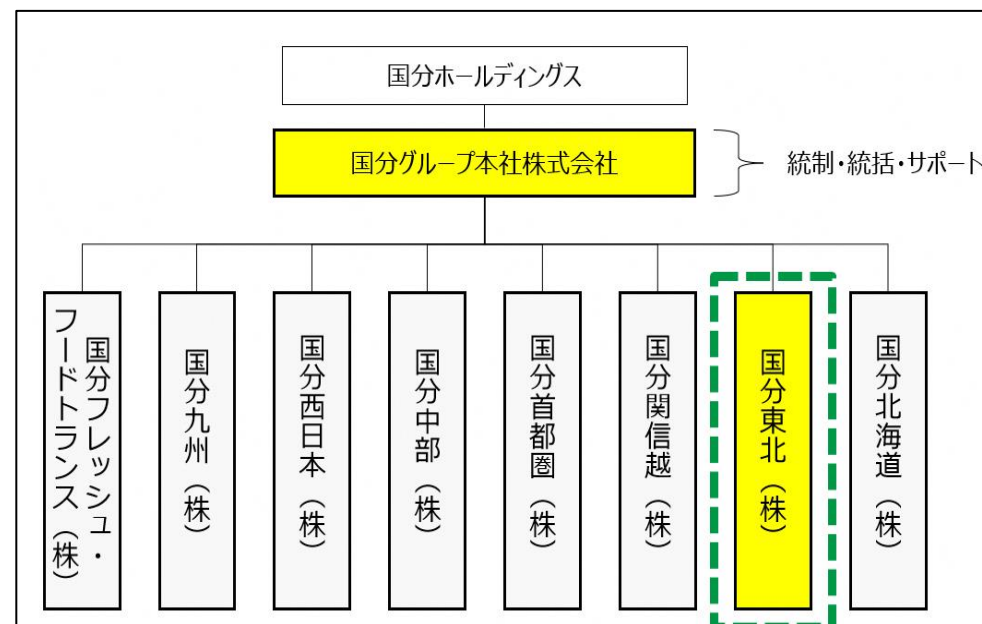
## 本日のアジェンダ(10分)

- ①国分グループのご紹介(1分)
- ②減塩アクションプロジェクト参画と今後の取組について(5分)
- ③当社の健康活動のご紹介(4分)

**ご不明点やご質問等がございましたら、  
15時05分～15時20分の名刺交換・情報交換の際に、  
ぜひお声がけください。**

# ①「国分グループ」のご紹介(25年7月時点)

|      |                                                         |
|------|---------------------------------------------------------|
| 社名   | 国分グループ本社株式会社                                            |
| 創業   | 1712年(正徳2年) <b>創業313年</b>                               |
| 本社   | 東京都中央区日本橋1-1-1                                          |
| 事業内容 | 酒類・食品・関連消費財にわたる卸売業<br>び流通加工、配送業務(参考:下記図)<br>貿易業、不動産賃貸借業 |
| 売上高  | 2兆1573億円(連結:24年12月期)                                    |
| 従業員数 | 5,127名(連結:24年12月31日現在)                                  |
| 社是   | <b>信用</b>                                               |



**35,000**を超えるお得意先様に対し、全国卸機能を発揮して、  
ニーズに合致した「商品」「情報」「サービス」を提供

得意先数  
**約35,000軒**

スーパーマーケット、コンビニエンス・ストア、百貨店、ドラッグストア、酒販店、外食・給食事業者、通販・ネット事業者をはじめ、食を取り扱われる約35,000軒の企業さまとお取引をしています。

取引メーカー数  
**約10,000社**

約10,000社のメーカーさまとお取引を通じて、お客さまのニーズにお応えしています。

商品ラインアップ数  
**約60万アイテム**

加工食品、酒類、菓子、冷凍・チルド食品、生鮮3品など取扱い商品は約60万アイテムに及びます。

## ②減塩アクションプロジェクト参画と今後の取組について

☑【国分東北】24年5月21日に福島県食育応援企業団に登録

☑【国分東北】25年減塩アクション活動予定表

| 項目    | 内容                             | 回数・数量   |
|-------|--------------------------------|---------|
| 商品開発  | 減塩商品を開発し食塩相当量を減らす              | 1～2品を開発 |
| イベント  | 健康（減塩）フェアの開催                   | 2回実施    |
| 情報発信  | 減塩に関する情報発信を当社展示会などで普及啓発        | 2回実施    |
| レシピ開発 | 減塩に関する「ふくしま健康応援メニュー」の開発        | 3メニュー   |
| デジタル  | ヘルスケアアプリ（SOULA pie）を使用した減塩サポート | 1回実施    |

## ②減塩アクションプロジェクト参画と今後の取組について

☑25年8月下旬より『桑折町さま』と下記活動を実施予定です。

- ①ヘルスケアアプリ(SOULA Pie/ソウラパイ)を活用した食生活改善プログラム
- ②親子で楽しめる健康・食育イベント(減塩クイズ等を予定)

### ①デジタルを活用した食生活改善 (SOULA Pie)

◆食事記録・解析・アドバイスの事例 (食事記録から足りない栄養素&アドバイスを行います)



☑記録データは、管理ツールやCVSデータで閲覧・提供も可能です。



## ②減塩アクションプロジェクト参画と今後の取組について

### 参考：SOULA Pie 実施事例（某 男性サラリーマンの7/15 朝食）



1

野菜一日これ一杯(1杯180ml)(カゴメ)

分量1.0 68.0kcal

2

おにぎり(鮭)(1個)

分量1.0 179.3kcal

3

おにぎり(ツナマヨネーズ)(1個)

分量1.0 220.3kcal

合計

467.6kcal



朝食記録ありがとうございます。今の様子では、適量のビタミンCを摂取できています。脂質摂取量が少し足りていないようです。

| 項目       | 摂取量      | 基準 |
|----------|----------|----|
| エネルギー    | 468 kcal | 不足 |
| たんぱく質    | 13.3 g   | 不足 |
| 脂質       | 7.5 g    | 不足 |
| 糖質       | 87.3 g   | 適正 |
| 食物繊維     | 4.1 g    | 不足 |
| 簡易GLスコア  | 67.7     | 適正 |
| 簡易AGEスコア | 516.6    | 適正 |
| 食塩       | 1.3 g    | 適正 |
| カリウム     | 961 mg   | 不足 |
| 飽和脂肪酸    | 1.20 g   | 適正 |
| ビタミンC    | 54 mg    | 適正 |



#### おすすめ食材



#### 大豆

脂質が豊富なほか、必要な栄養素をバランスよく含んでいます。



#### 乳製品

脂質が豊富です。



#### ナッツ類

血管の老化を防ぐ効果があるとされる、良質な脂質が豊富です。

#### おすすめの食事



ひじきと青梗菜の炒り豆腐  
大豆



水菜と豚肉の蒸し焼き  
大豆



たらこパスタ  
大豆

### ③当社の健康活動のご紹介

☑国分グループでは、健康イベント・セミナー・レシピ提供など  
全国で健康寿命延伸に向けた支援を行っています。

#### ■健康測定イベント・管理栄養士相談会

##### 健康測定イベント・セミナー

**集客イベントにオススメです！**  
血管年齢・骨健康度測定器を用いて健康測定イベントを行います。管理栄養士による、**栄養相談会**も毎回好評です！

お客様の健康に関するお悩み解決でストアロイヤリティ向上につなげます。

コミュニケーションの機会にもなりました。

**健康セミナーの様子**

**健康経営にもご活用ください！**  
当社で実施した健康セミナーは「糖質について知ろう」「野菜をもっと食べよう」「お酒と健康」どのセミナーも好評でした！

健康経営の一環として、管理栄養士によるセミナーを導入してみませんか？

▲社外向けイベント

お気軽に国分東北へお問い合わせください！

#### ■千葉市さまとの減塩イベント

##### 美味しく減塩！ちばしお、減らしお、ヘルシーライフ

千葉市と企業との協働による減塩普及啓発イベントを開催します！  
～減塩に関するクイズや体験ブースで楽しく減塩を学べます～

減塩に関するクイズ実施中！

**おいしいみそ湯はどっち？**  
うっすらしたみそ湯であっても、うま味がきくとおいしくなる!? おいしさを維持しながら減塩する工夫を!

**スパイスとハーブでおいしく減塩・香り体験**  
おいしく塩分をダウンできるスパイスやハーブの香り体験。使うコツもご紹介!

**かけすぎない! 出し過ぎない! しょうゆ体験**  
押し出し式ボトル入りのしょうゆだとかけすぎ・入れすぎにならないので食塩摂りすぎ防止に!

**食塩量の少ない順に選んでみよう!**  
食品のフードモデルやイラストを使って、**食塩相当量が多く含まれる順に選択!** 調味料だけでなく、他の食品にも食塩が含まれるものがあるので、一睹に学ぼう!

健康や栄養都市ちばプラン(千葉市健康増進計画)では一日あたりの食塩摂取量の目標値は「9g」。  
平成28年度の調査では、**市民の食塩摂取量は「11.1g」と目標値より約3g多く摂取しているのが現状です。**  
イベントで学んだ食塩減量のコツを日々の生活に活かすことで、減塩が身近な習慣となり、健康寿命延伸に貢献していきます。

千葉市 Aeon 三井物産 KOKUBU S&B KOKUBU



### ③当社の健康活動のご紹介

☑国分グループでは、健康イベント・セミナー・レシピ提供など  
全国で健康寿命延伸に向けた支援を行っています。

#### ■健康応援メニューの提供（ふくしま健康応援）



#### ほうれん草とにんじんのとろ〜りサクッと豆腐チヂミ



##### <材料(4人分)>

- ほうれん草 1/2束(約150g)
- 玉ねぎ 1/4個(約50g)
- にんじん 1/2本(約90g)
- 絹ごし豆腐 1丁(約300g)

##### (A)

- 小麦粉 大さじ4
- 片栗粉 大さじ4
- ピザ用チーズ 50g
- ごま油 大さじ2
- ぽん酢 大さじ2
- 糸唐辛子 適宜

1人あたり  
エネルギー 225kcal  
たんぱく質 9.5g  
塩分 0.9g

##### <作り方>

- ① ほうれん草は4cm幅に切り、にんじんは千切り、玉ねぎは薄くスライスする。
- ② 豆腐をボウルに入れて泡だて器で滑らかになるまでつぶす。
- ③ ②に(A)を加えて混ぜる。
- ④ ③に①、ピザ用チーズを加えてさっくりと混ぜ合わせる。
- ⑤ フライパンに半量のごま油を入れて中火で熱し、生地を半量を流し入れ、両面がカリッとなるまで約。残りの生地も同様に焼いて出来上がり。お好みで糸唐辛子をのせ、ぽん酢をつけて完成。



絹ごし豆腐を活用しているので、水を使わずにできるチヂミです！  
豆腐やチーズで、たんぱく質もとることができます。  
お野菜をたっぷり使っていますが、チーズが入っているので野菜が  
苦手なお子さんでも美味しく食べられます。フライパンではなく  
ホットプレートで作れば家族団らんメニューに♪

#### ■運動・睡眠セミナーの実施（nishikawa様コラボ）

##### ▼快眠に役立つストレッチ



##### ▼寝具体験・歩行年齢測定会場



##### ▼歩行測定フィードバック



##### ▼寝具体験







**何かございましたら、どうぞお気軽にお声がけください。  
ご清聴ありがとうございました。**