



栄養管理について

内 容

- 1 特定給食施設の概要・役割
- 2 特定給食施設の栄養管理のポイント
- 3 特定給食施設等栄養管理指導
- 4 災害時の栄養・食生活支援に関する実態調査

【参考】

- 1 特定給食施設の届出・報告について
- 2 健康づくり・食育に関する媒体等

Ⅰ 特定給食施設の概要・役割

- 福島県では、特定給食施設等における栄養管理の実施に当たって「**福島県特定給食施設等手引書**」を作成しています。
- 特定給食施設等の目的や意義、根拠法令等、各種届出・報告様式などを取りまとめていますので、必要時に参照できるよう施設に備えておいてください。
- 本手引書および各種様式は、福島県健康づくり推進課のホームページからダウンロードすることができます。

手引書・各種様式
様式ダウンロード→



特定給食施設とは

➤健康増進法において…

「**喫食者が特定され、かつ1回100食以上または1日250食以上の食事を継続的に供給する施設**」
と定義されています。

根拠法令等

- 健康増進法第20条第1項
- 健康増進法施行規則第5条
- 特定給食施設における栄養管理に関する指導・支援について
- 福島県特定給食施設等指導実施要綱第2条

福島県での取り扱い

	指定特定給食施設	特定給食施設	小規模特定給食施設
喫食者	喫食者が特定される		
提供期間	6か月以上食事を供給する		
食数	【病院等（※）】 1回300食以上 or 1日750食以上 【その他】 1回500食以上 or 1日1500食以上	1回100食以上 or 1日250食以上	1回20食以上 or 1日50食以上
備考	- 管理栄養士の配置が必要 - 学校は該当しない		

（※）病院、介護老人保健施設、介護医療院

特定給食施設等の役割

➤ 特定給食施設は、給食の提供をとおして
地域住民の健康の維持・増進や生活の質を向上させるために重要な役割を担っています。

- 特定給食施設は、単に食事の提供をするだけでなく、**喫食者の健康管理の視点をもって、管理運営していくことが求められます。**
- **給食業務を委託している場合であっても、栄養管理の責任者は設置者（施設側）にあります**ので、委託業者に任せきりにはせず、実施状況を定期的に確認し、連携して取組んでください。

近年は、「**健康経営**」の視点でも、
給食の取組の重要性が高まっています。

福島県民の健康指標と課題

福島県民の健康指標

全がん死亡率

男性 **404.2** 女性 **199.2**

(全国ワースト12位) (全国ワースト9位)

(2020年人口動態統計・年齢調整死亡率)

※人口10万人当たりの死因死亡率

※基準人口は平成27年モデル人口

脳血管疾患死亡率

男性 **109.6** 女性 **75.2**

(全国ワースト10位) (全国ワースト3位)

(2020年人口動態統計・年齢調整死亡率)

※人口10万人当たりの死因死亡率

※基準人口は平成27年モデル人口

心疾患死亡率

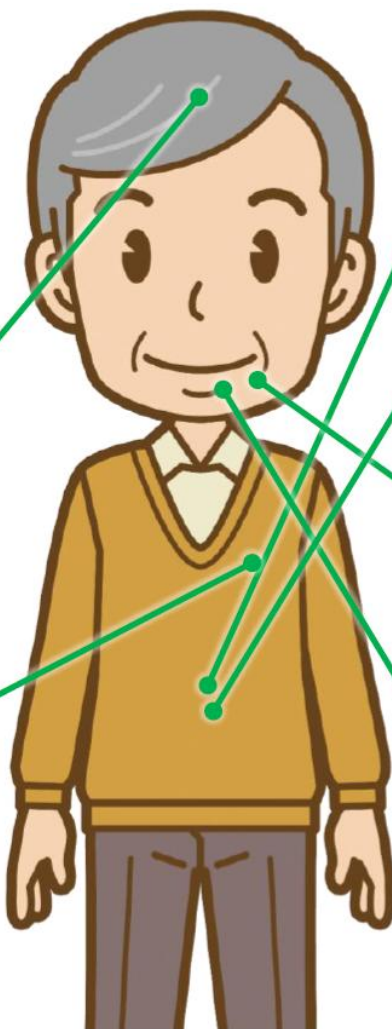
男性 **212.9** 女性 **118.9**

(全国ワースト8位) (全国ワースト10位)

(2020年人口動態統計・年齢調整死亡率)

※人口10万人当たりの死因死亡率

※基準人口は平成27年モデル人口



食に関する指標

メタボ率

19.5% (全国ワースト4位)

(2022年特定健診データ)

肥満者の割合

男性 **39.8%** 女性 **26.9%**

(全国ワースト6位) (全国ワースト4位)

(2020年特定健診情報)

食塩摂取量

男性 **11.1g** 女性 **9.0g**

(全国ワースト11位) (全国ワースト20位)

(2024年国民健康・栄養調査)

喫煙率

男性 **33.2%** 女性 **10.5%**

(全国ワースト1位) (全国ワースト2位)

(2022年国民生活基礎調査)

会津地域の健康課題 …FDB報告書(2025)より

1 受診状況

- 高血圧疾患、狭心症、脳血管疾患、脳内出血の受診率が高い。
- 特に、男性のくも膜下出血の入院は、県内で最も高い状況。

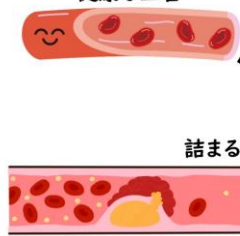
高血圧に関する疾患



高血圧の状態が続くと…



健康な血管



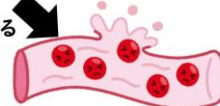
かたくボロボロになる



詰まる



やぶれる



2 特定健診結果

男女とも

- メタボリックシンドローム判定、
肥満(BMIの値が25以上)、腹囲、拡張期血圧が基準値以上の割合が高い。
- 朝食欠食(週3回以上)該当者が高い。
- 喫煙ありの該当者が高い。
- 飲酒量一定以上(日本酒で1合以上)が高い。

FDBとは:福島県版健康データベースのこと。県では、福島県立医科大学健康増進センターと連携しながら、健診・医療・介護の健康データを匿名化して収集し、一元管理することで、健康づくり施策に活用しています。

報告書はこちら→





社会（社食）の環境整備の取組を進める意義

【背景①】国民の健康状態・健康意識

- ・ 生活習慣病の有病者・予備軍が多い
- ・ 野菜摂取不足、食塩・脂質の過剰摂取、朝食欠食など食生活の課題が継続
- ・ 自身の健康状態に問題がある人ほど、健康づくりや栄養・食生活改善に興味・関心が薄い
- ・ 食塩は、家庭食だけでなく、外食や加工品からも同程度摂取している。
- ・ 住んでいる地域や生活スタイルにより格差が生じないように、地域全体で幅広くアプローチするためには、関係機関の連携は不可欠。



【背景②】国や県の健康づくり施策の方向性

- ・ 健康日本21等において、生活習慣病の発症・重症化予防、健康寿命の延伸を重要目標として設定
- ・ 個人への啓発だけでなく、社会環境の整備を重視
- ・ 家庭・学校・職域・地域・外食産業等の連携が必要
- ・ 健康的な食事を「選びやすく・実践しやすい」環境づくりを推進
- ・ 健康格差の是正、持続可能な健康づくり



個人の努力に依存せず、
誰もが健康的な食事を選びやすい環境づくりが求められている



健康的な食事を
「意識しなくても自然に選べる」
食環境づくりの推進

給食は
食環境の
一つ！



給食を提供している = より効果的なアプローチが可能 = 強み

食環境づくりでは、食品・食事そのものの改善が、より効果的

食品への葉酸添加



厚生労働省 日本人の食事摂取基準（2025年版）

妊娠を計画している女性、妊娠の可能性のある女性、及び妊娠初期の妊婦は、胎児の神経管閉鎖障害のリスクの低減のために、通常の商品以外の食品に含まれる葉酸を400 μ g/日摂ることが望まれる。

（葉酸強化食品やサプリメントの利用も必要。）



↑
どちらの例も、妊娠前の女性の葉酸摂取量増加を目的とするポピュレーションアプローチ
↓

情報提供 (リーフレット)



Adams J, Mytton O, White M, Monsivais P. Why are some population interventions for diet and obesity more equitable and effective than others? The role of individual agency. PLoS Med. 2016 Apr 5;13(4):e1001990. を基に、坂口景子(淑徳大学)が作成したスライドに加筆

行程が少ない方が、行動変容や栄養摂取状況の改善につながりやすい。
情報提供 + 健康に配慮した食事を摂取できる環境づくりが大切。

【取組事例紹介】

- ・ 昼食にヘルシーメニュー提供 + 情報提供（月1の栄養ミニ講話）の実施
- ・ 介入の有無による食塩摂取量とナトリウム比の変化を測定した。

食環境づくりの効果検証 事例1

健康経営の一環として、昼食に
スマートミール弁当を導入した中小企業の取組み

「い和多」のスマートミール弁当



例：鶏唐揚げ弁当
エネルギー：731 kcal, 食塩相当量：2.5g

- ・ 弁当業者を切り替え
- ・ 毎日1種類（日替わり）
- ・ 喫食は希望者のみ
- ・ 1食100円を会社が補助
（弁当1食450円のうち）
- ・ 丼もの、めん類は1食450円
- ・ 味噌汁と卓上調味料の
サービス中止



（スマートミール導入前）4.8g/食
→ （導入後）3.1±0.3g/食

坂口景子（淑徳大学）と発表者（武見ゆかり）作成

43

毎月1回（10分）のミニ講話の内容

2019年

- 2月 第1回：賢い！オフィスファミ活用術
- 3月 第2回：今日から誰でもできる！大切な脳を守る方法
- 4月 第3回：何をどのくらい食べたらよいか
- 5月 第4回：「減塩」に苦戦中の方必見！-高血圧予防の裏技
- 6月 第5回：高血圧予防の裏技 -アルコール編-
- 7月 第6回：高血圧予防の裏技 -体重コントロール編-
- 8月 第7回：日常生活における熱中症予防 水分と塩分の賢いとりかた①
- 9月 第8回：日常生活における熱中症予防 水分と塩分の賢いとりかた②
- 10月 第9回：果物と乳製品の意外な事実
- 11月 第10回：半年間の変化から考える「減塩日本一」への行動プラン①
- 12月 第11回：半年間の変化から考える「減塩日本一」への行動プラン②
- 1月 第12回：どんな食品からナトリウムとカリウムをとっているのか



卓上メモの設置
（毎月1回更新）

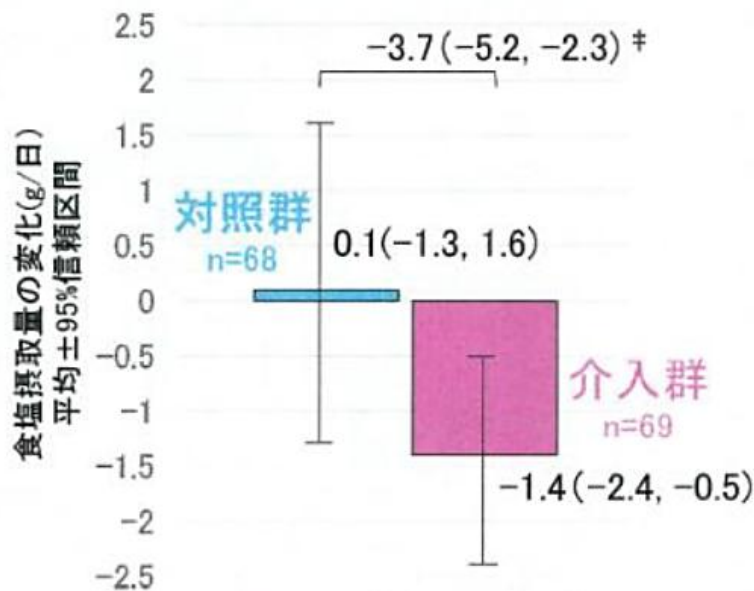


坂口景子（淑徳大学）作成

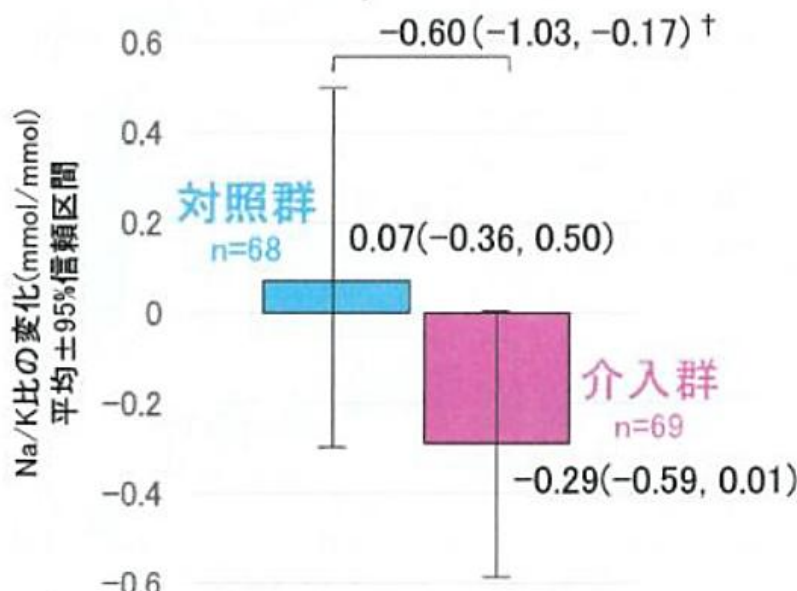
開始前と比較した1年後の「減塩」効果（複数回の随時尿による）

介入群: 0) 健康経営戦略の導入（トップによる宣言）, 1) 食物提供面の整備（スマートミール弁当導入, 弁当代補助）, 2) 情報提供（全体集会でのミニ講話（10分間/月1回）, 等
対照群: 上記0)-2)は実施しない

【食塩摂取量】



【Na/K比】



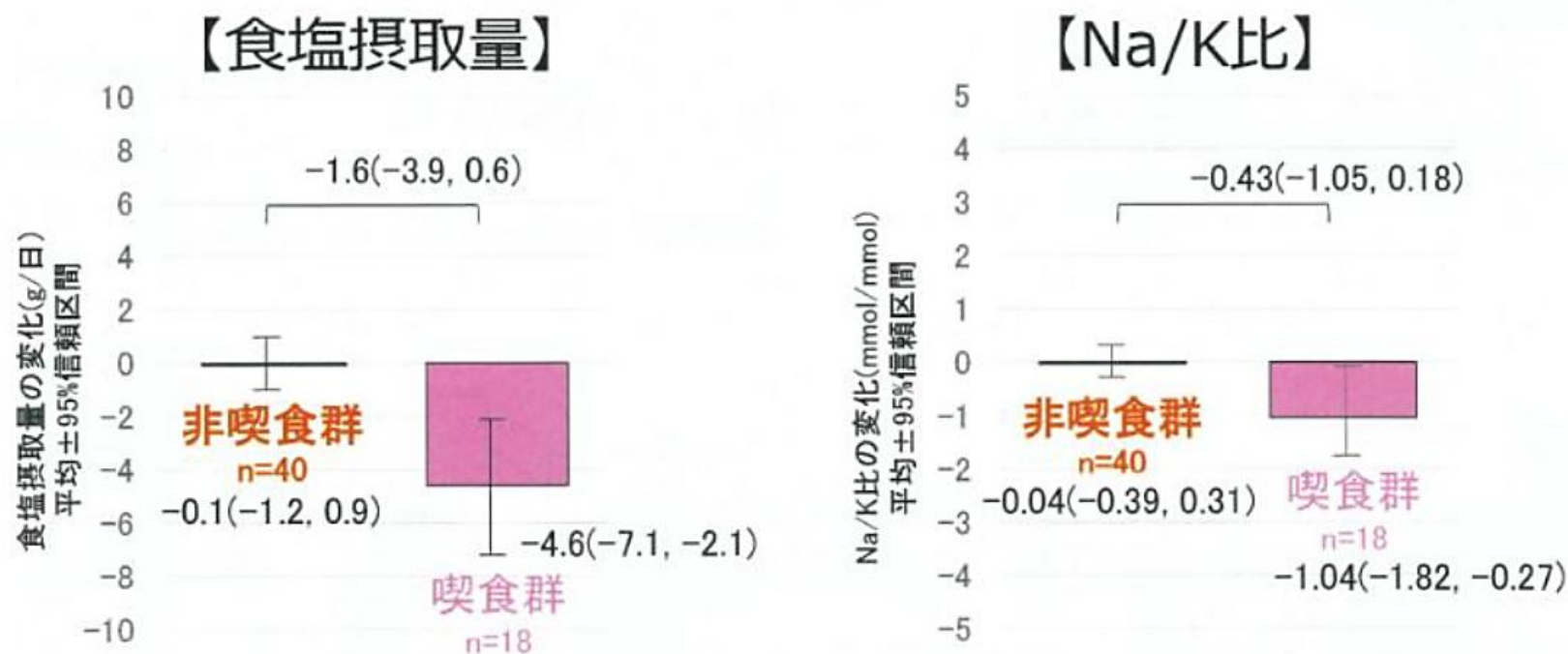
共分散分析による介入群と比較群の1年後の平均値の差の検定 P値: ※ < 0.05 † < 0.01 ‡ < 0.001
共変量: ベースライン値, 学歴, 交代勤務の有無. Na/K比は非正規分布のため, 解析前に自然対数に変換した.

Sakaguchi K, Takemi Y, Hayashi F, Koiwai K, Nakamura M. Effect of workplace dietary intervention on salt intake and sodium-to-potassium ratio of Japanese employees: A quasi-experimental study. Journal of Occupational Health 2021;63(1) e12288 を基に作成

48

介入群で、食塩摂取量およびナトリウム/カリウム比、ともに減少
昼食（1日1食）のみでも、継続することで効果が出る！

スマートミール弁当を週1回以上利用した「喫食群」と利用しなかった「非喫食群」の食塩摂取量, Na/K比の1年後の変化



共分散分析による喫食群と非喫食群の1年後の平均値の差の検定 P値: ※< 0.05 †< 0.01 ‡< 0.001
共変量: ベースライン値, 役職 Na/K比は非正規分布のため, 解析前に自然対数に変換した。

Sakaguchi K, Takemi Y, Hayashi F, Koiwai K, Nakamura M. Effect of workplace dietary intervention on salt intake and sodium- to- potassium ratio of Japanese employees: A quasi- experimental study. Journal of Occupational Health 2021;63(1) e12288 を基に作成

50

喫食群で、食塩摂取量およびナトリウム/カリウム比、ともに減少
週に1回でも、継続することで効果が出る！

2 特定給食施設の栄養管理のポイント

栄養管理基準の遵守

➤ 特定給食施設の栄養管理の基準は、健康増進法で定められています。

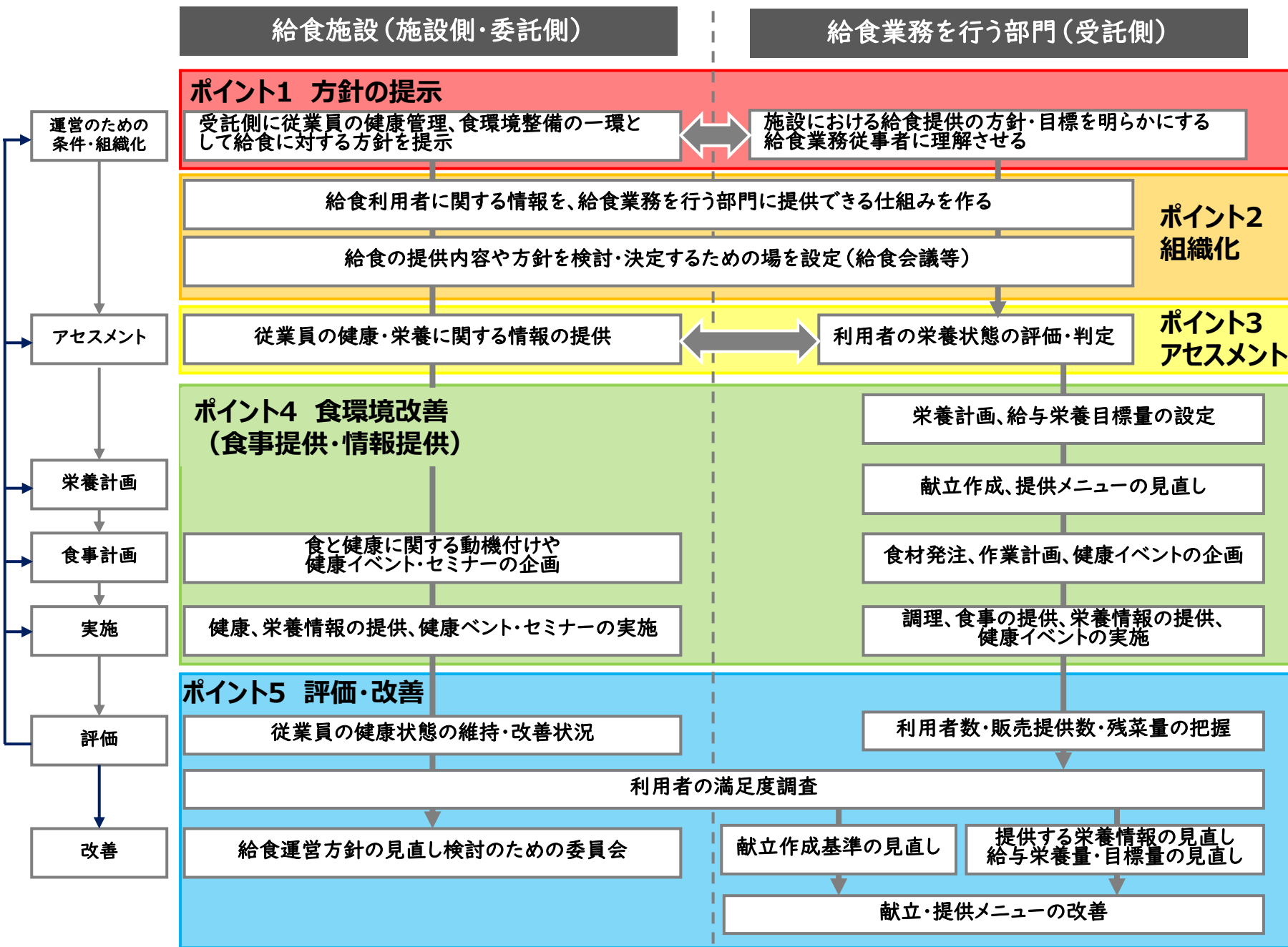
根拠法令等

- 健康増進法第20条第3項
- 健康増進法施行規則第9条
- 特定給食施設における栄養管理に関する指導・支援について
- 福島県特定給食施設等指導実施要綱第7条

ポイント

- 特定給食施設の設置者は、健康増進法に基づき、適切な栄養管理を行わなければなりません。（小規模特定給食施設も同様です。）
- 福島県では、健康増進法等で定められている栄養管理基準の内容に基づき、給食施設栄養管理点検票を作成しています。
- 各施設において、点検票を用いて、定期的に実施状況や達成状況を確認してください。

事業所給食における健康増進の取組（PDCAサイクル）とポイント



ポイント1 食堂（給食）を利用した健康増進の方針の提示

➤施設側が、食堂を健康増進の場として捉え、受託側にその方針を明確に伝えることが重要です。

施設側：食を通じた従業員の健康増進およびQOL向上に対する方針を受託側に示す

受託側：示された方針に基づいて、給食を利用した取組を実践する

いま、社員食堂に求められるもの

福利厚生の場

- 従業員同士が楽しい時間を過ごせる福利厚生の場として、食堂は非常に重要

リフレッシュの場

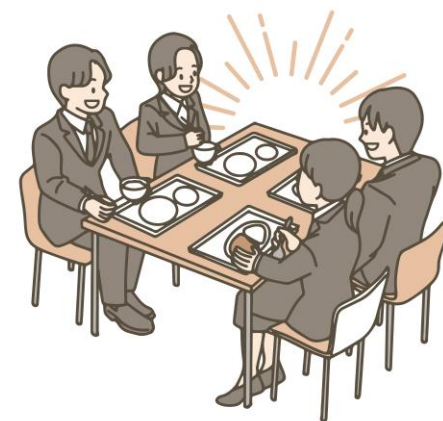
- 心身をリフレッシュし、次の仕事へのモチベーションを高める場として

エンゲージメントを高める場

- 従業員と会社の絆を深める場として

従業員の健康増進の場

- 健康経営を進めるうえで、食を生かした社員の健康づくりを行う場
- 栄養補給に加えて、健康意識を高められる貴重な場
- 健康行動が増えるような教育（食育）の場



➡ 食堂を、従業員の健康増進の場として捉える企業が増えています！

ポイント2 健康増進の取組に向けた組織化

- 健康増進を進めていくためには、施設側と組織側が連携し、相互に意見を交わすことが必要です。
そのためにも、利用者も交えた給食全般についての話し合いの場、給食会議等を持つことが重要です。

健康増進の取組を促進する場として給食会議を行いましょう



給食会議の参加者は？

例えば…

施設側



食堂担当部門



保健師



産業医



労働組合員

受託側



管理栄養士・
栄養士



店舗責任者



エリア
マネージャー



開催頻度は？

- 多くの施設が月1回程度



給食会議の議題の例

- 利用者の健康課題について
- 献立・メニューについて
- 栄養情報の提供について
- イベントについて



利用者（従業員）の健康課題 何を共有したらいいの？

- 性別・年代別の人数、身体活動強度（座り仕事や立ち作業の者の人数・割合など）
- 集団としての肥満・やせの割合、生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常など）の者の割合など

栄養の目標量や献立等に反映

ポイント3 従業員の健康・栄養状態のアセスメント

➤提供している食事は、従業員の健康の増進にとって適切ですか？

- ・ 食堂を利用する従業員に合った食事の提供、健康増進の取組を実施するためには、従業員の健康・栄養状態のアセスメントをすることが重要です。
- ・ 従業員のアセスメントをもとに健康増進の取組を行います。
- ・ そのためにも、従業員の健康・栄養状態に関わる情報を施設側で受託側で共有することが大切です。

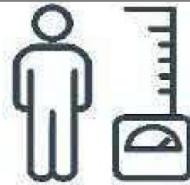
事業所給食施設で必要なアセスメント項目

性・年代別 人員構成



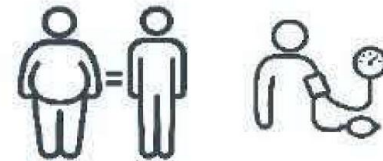
身体活動強度

座り仕事や立ち作業の者の人数・割合等



肥満・やせの者の割合

※生活習慣病の者の割合



給与栄養目標量の決定、情報提供・イベント実施内容の考案

- ・ まずは、施設側の健康管理部門と受託側の管理栄養士等が、従業員の健康状態（全体の分布や割合）に関する情報を共有することが重要です。
- ・ 給食会議に、産業医や保健師が参画している施設では、利用者の健康・栄養状態のアセスメントがなされ、利用者の健康増進に、より結びつく食事の提供ができている傾向にあります。

ポイント4 従業員が健康になる食環境整備 ～食事提供、栄養情報の提供やイベント開催等～

➤ヘルシーメニューの提供、健康や栄養に関する情報提供等を行います。

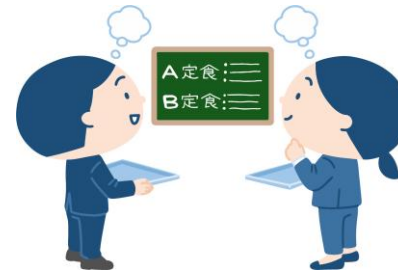
食事提供では…

- ・ スマートミールの提供
- ・ 健康診断や健康イベントに合わせてヘルシーメニューを提供
- ・ ごはんの量を調整あるいは選択できるようにする
- ・ 卓上調味料を置かない
- ・ 調味料コーナーには減塩調味料を置く
- ・ 売店や自販機に置かれる商品を健康に配慮した品揃えにする



情報提供では…

- ・ 提供している食事の栄養成分を表示する
- ・ 健康に配慮した、おすすめの料理の組み合わせ例を提示する
- ・ 食堂アプリを通じて、健康情報を配信する
- ・ 提供トレイに食事バランスガイドを印字する



イベントでは…

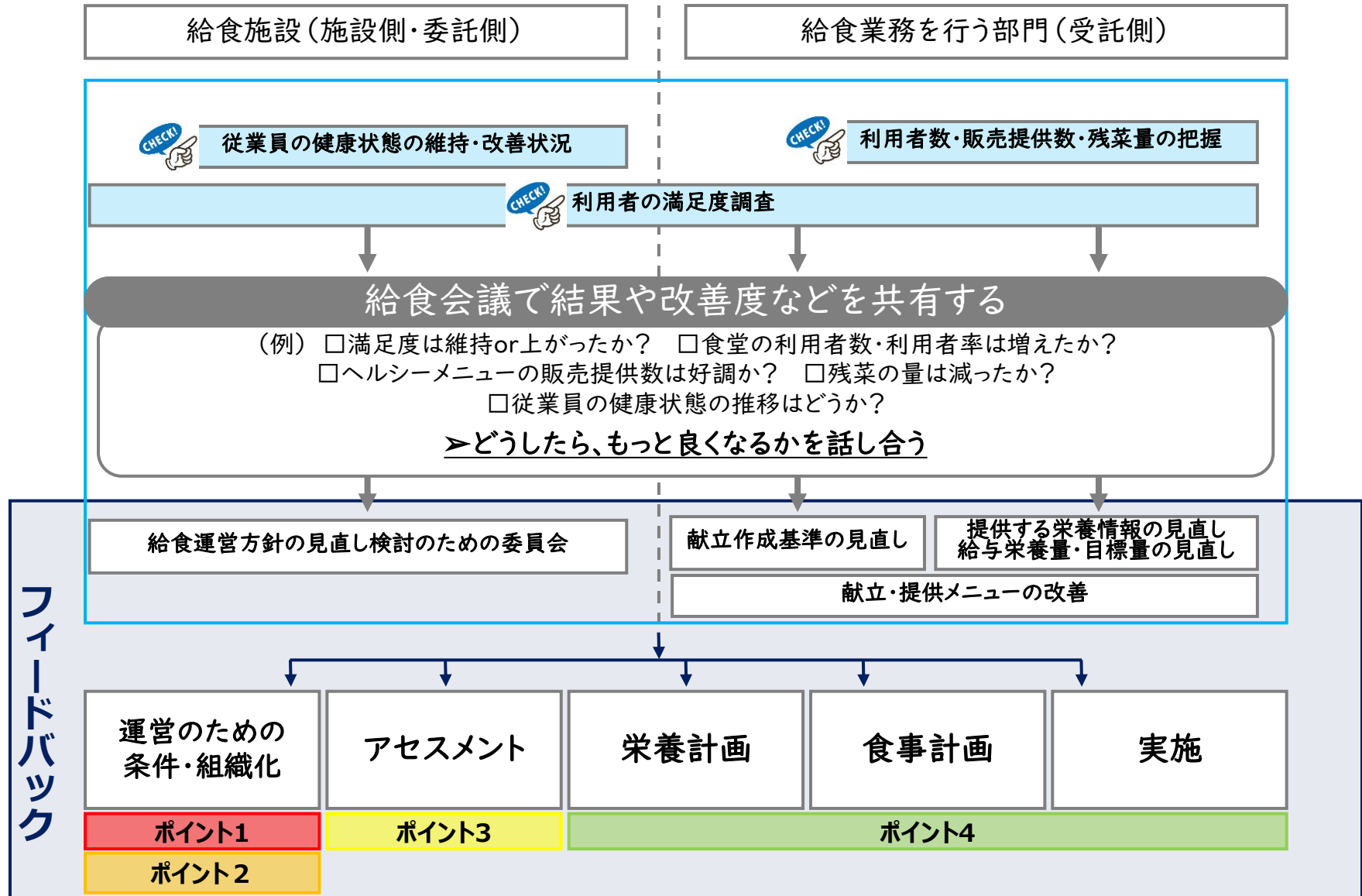
- ・ 健康イベントを開催する
- ・ 機器を用いた測定会を実施する
(例) 血管年齢測定、骨密度測定など



「従業員の健康につながる
食環境整備について」で紹介

ポイント5 評価・改善

➤「」の項目について定期的に改善度等を確認し、給食会議で共有する。



3 特定給食施設等栄養管理指導

➤ 給食施設の栄養管理を通じて、県民の健康増進が図られることを目的として、特定給食施設等を対象に、栄養管理の実施に関し、必要な指導助言を行います。

根拠法令等

- 健康増進法第18条第1項第2号、第22条
- 特定給食施設における栄養管理に関する指導・支援について
- 福島県特定給食施設等指導実施要綱第6条、第8条

指導方法	指導内容	実施時期
個別指導	巡回指導の実施	地域の状況に応じて
	その他の個別相談 (電話・来所等による相談)	随時
集団指導	講習会の開催	年1回以上

会津地域における特定給食施設栄養管理指導の方針

- 基本的に、栄養指導員と食品衛生監視員で実施します。
- 栄養管理・衛生管理に関する帳簿類の確認と、調理室内の確認を行います。
- 所要時間は2時間程度です。
- 例年6月頃から開始し、**指導実施日の概ね1カ月前に文書にて日時等を通知しますので、施設管理者、給食業務従事者等の立ち合いをお願いします。**
- 準備いただく帳簿類は、通知とともにお知らせします。

➤概ね5年で一巡できるように巡回指導を計画しますが、下記の施設については、優先的に巡回指導を実施します。

- **新規設置施設**または休止から再開した施設(届出の提出時期による)
- **事業所**(県事業により、重点的に巡回指導を実施)

4 災害時の栄養・食生活支援に関する実態調査

- 災害時の栄養・食生活支援を円滑に行うためには、平常時の備えが重要です。
- 体制整備が必要な項目について特定給食施設等に対し調査を実施しています。

調査対象	すべての 特定給食施設 及び 小規模特定給食施設
調査方法	(1) 調査依頼 【R8.7.6】すべての施設に調査依頼送付（メール又は郵送） (2) 回答 施設は、福島県共同電子申請サービス「e-TUMO」より回答する。 なお、「e-TUMO」での回答が困難な場合のみ、調査票をメール又はFAX送付により回答する。 【回答フォームURL】 福島県共同電子申請サービス「e-TUMO」 https://apply.e-tumo.jp/pref-fukushima-u/offer/offerList_detail?tempSeq=541 二次元コードからアクセス・回答できます→ 回答期限：令和8年9月30日 
結果の公表	- 本調査については、個別施設名が特定される集計や報告は行わないように留意する。 - 集計結果は、調査対象施設や市町村等に送付するとともに、特定給食施設等講習会等において情報共有するなど、今後の本県における災害時の栄養・食生活支援活動の体制整備の推進を図る。

御協力よろしくお願いします

【参考Ⅰ】 特定給食施設の届出・報告について

特定給食施設の変更・休止・廃止届出

- 届出事項に変更が生じたときや、給食施設を休止または廃止したときは、1か月以内に管轄の保健所をとおして知事に届け出なければなりません。

根拠法令等

- ・ 健康増進法第20条第1項
- ・ 健康増進法施行規則第6条
- ・ 福島県健康増進法施行細則第1条
- ・ 福島県特定給食施設等指導実施要綱第3条第1項

ポイント

- ・ 届出書は、事実発生日の前後1カ月以内に提出してください。
- ・ **小規模特定給食施設も同様に提出が必要です。**
- ・ 届出の内容が不明な場合は、保健所までご連絡ください。

特定給食施設の変更届

➤ 変更届が必要な内容は、以下のとおりです。

届出事項

- 1 給食施設の名称
- 2 給食施設の所在地・TEL・FAX
- 3 設置者の氏名
- 4 設置者の住所
- 5 給食施設の種類
- 6 給食の開始予定日
- 7 1日の予定給食数及び各食の予定給食数
- 8 管理栄養士の員数
- 9 栄養士の員数

提出漏れが多い項目です

特定給食施設の変更届

- 変更内容のうち、管理栄養士・栄養士の員数の変更、食数の変更の考え方は以下のとおりです。
- 該当する場合のみ、変更届出書を提出してください。

管理栄養士・栄養士の員数の変更

- 管理栄養士・栄養士の数は、常勤者（当該施設の就業規則により勤務所属し、主に当該施設の栄養管理業務を担当する者）の数とし、非常勤およびほかの施設の兼務職員は含みません。

食数の変更

- 食数の変更は、「指定特定給食施設」「特定給食施設」「小規模特定給食施設」の区分に変更がある場合に提出してください。

	指定特定給食施設	特定給食施設	小規模特定給食施設
食数	【病院等（※）】 1回300食以上 or 1日750食以上 【その他】 1回500食以上 or 1日1500食以上	1回100食以上 or 1日250食以上	1回20食以上 or 1日50食以上

（※）病院、介護老人保健施設、介護医療院

- この場合の食数は、年間の平均食数で判断してください。

特定給食施設栄養管理状況報告

➤ 特定給食施設の設置者（管理者）は、実施した給食内容等に関して、「特定給食施設栄養管理状況報告書」により報告してください。

栄養管理状況報告書
様式ダウンロード→



根拠法令等
健康増進法第24条第1項

- ポイント**
- 提出が必要な施設：**特定給食施設（学校は除く）**
 - 報告内容：毎年11月時点の施設の実施状況、11月分の栄養管理の状況
 - 報告期日：翌年1月末日まで
 - 提出先：会津保健所 健康増進課
【メール】aidu_zoushin@pref.fukushima.lg.jp
【FAX】0242-29-5289
【郵送先】〒965-0807
会津若松市城東町5-12

様式第4号-1（病院用）

(表)

特定給食施設栄養管理状況報告書（ 月分） 年 月 日

福島県知事

給食施設の名稱

給食施設所在地

設置者又は管理者（職名・氏名）

電話番号・FAX番号

健康増進法第24条第1項の規定により、次のとおり栄養管理状況を報告します。

I 給食の運営		II 給食従事者	
委託先名称	直営 ☐ 委託 ☐ その他 ☐	施設内	委託先
委託内容		常勤	非常勤
☐ 献立作成 ☐ 材料購入 ☐ 調理 ☐ 配膳 ☐ 下膳 ☐ 食器洗浄 ☐ 施設外調理 ☐ 栄養指導 ☐ その他（ ）	管理栄養士	人	人
	栄養士	人	人
	調理師	人	人
	調理員	人	人
	その他	人	人
給食施設に委託契約書を備えている ☐ 有 ☐ 無		合計	合計

区分	I 1日あたりの平均給食数と喫食時間			許可病床数（床）
	朝食	昼食	夕食	
一般食（常食）	食	食	食	食
一般食（飲食・流動食）	食	食	食	食
特別食（加算対象）	食	食	食	食
その他の治療食	食	食	食	食
職員食	食	食	食	食
合計	食	食	食	食

IV 給食の概要

1 栄養管理部門の理念・方針・目標 ☐ 有（作成（最終改定）： 年 月 日） ☐ 無

2-1 給食や栄養管理についての会議 ☐ 有（ 回/年） ☐ 無

2-2 有の場合の構成員について ☐ 管理者 ☐ 医師 ☐ 管理栄養士・栄養士 ☐ 調理師・調理担当者
☐ 看護師 ☐ 事務職員 ☐ その他（ ） 合計（ 人）

3 診療報酬（栄養関係）の算定 ☐ 有 ☐ 無
☐ 特別食加算 ☐ 食費加算 ☐ 栄養サポートチーム加算
☐ 栄養食事指導料（☐ 外来 ☐ 入院 ☐ 集団 ☐ 在宅患者訪問）
☐ その他（ ）

4 ゲーム医療への参画 ☐ 有 ☐ N S T ☐ 指導委員会 ☐ クリニカルパス
☐ 無 ☐ その他（ ）

5 非常時危機管理対策

①食中毒対策マニュアル ☐ 有 ☐ 無

②災害時食事提供マニュアル ☐ 有 ☐ 無

③非常時の備蓄 ☐ 有 ☐ 無 ☐ 水 ☐ 食料 ☐ 熱源 ☐ 食器
☐ 非常時用献立表
水・食料（ ）人分×（ ）日

④他施設との連携 ☐ 有 ☐ 無

6 栄養・衛生関係帳簿の保管 個別の栄養管理記録（ ）年/その他栄養・衛生関係帳簿（ ）年

- 17 -

【参考2】健康づくり・食育に関する媒体等

みんなでチャレンジ！「減塩・禁煙・脱肥満」ロゴマークについて

- 県では、「肥満・食塩・喫煙」の3点を重点的に改善を図る健康課題に位置付け、「**みんなでチャレンジ！減塩・禁煙・脱肥満**」のスローガンの下、市町村や関係機関と連携し、「オールふくしま」で改善に向けた取組を推進しています。
- 重点スローガンをたくさんの人に掲げていただけるよう、健康づくり推進課ホームページに、ロゴマークを公開していますので、ご活用ください。



ロゴマークはこちらからダウンロードできます



「おいしく減塩」はじめよう！ デジタルサイネージについて

- ・ 福島県では、「おいしく減塩」のさらなる普及を図るため、デジタルサイネージを作成しました。
- ・ 各機関・施設等において、利用者の健康教育等にご活用ください。

イメージ

「おいしく減塩」
はじめよう！



日本人の食塩摂取量の約7割は調味料



66% 調味料・香辛料類

10% 穀類
7% 魚介類
5% 野菜類
4% 肉類
8% その他

少しの工夫で「おいしく減塩」



動画時間：30秒

入手方法：会津保健所健康増進課にご連絡ください。

【電話】 0242-29-5519

【メール】 aidu_zoushin@pref.fukushima.lg.jp