

Part20 『みなみあそ減塩応援プロジェクト』



日本高血圧学会・日本栄養改善学会・日本糖尿病学会等13学会からなるコンソーシアムが認証
スマートミール認証のお弁当 第3弾 できました

タンダリー鯖と青菜のふりかけ玄米ご飯弁当

・エネルギー 621kcal ・野菜量 162g ・塩分 2.4g

体にいいことがいっぱい！

- 必須脂肪酸の豊富な鯖
- 血管内皮の炎症を防ぐビタミンACEが豊富な青菜
- 肥満予防に！・・玄米に含まれるγ-オリザノール



提供：カフェ&ランチ ふわら

新作

「あそ望の郷くぎの」にて
 1月から販売開始します

スマートミール認証の弁当を食べて、健康アプリのポイントゲットしよう！

「あそ望の郷くぎの」で販売中のスマートミール弁当を買って、健康アプリポイントを20point進呈中です。

- ◆購入時にレジスタッフに、アプリポイント付与の希望を申し出てください。
- ◆QRコードを提示されたら、アプリミッション画面からカメラで読み込んでください。
- ◆レジが混雑時は対応できない場合があります。レジスタッフへのアプリ操作に関するお尋ねはご遠慮ください。

※その他のスマートミール認証のお弁当（提供：カフェ&ランチふわら）
 唐揚げと高菜炒飯弁当、唐揚げと鮭と青菜の炊き込みご飯弁当

ミッション
 実施期間

2月28日(月)
 まで



①事前にアプリをインストール



②ミッションボタンを押す



③挑戦するボタンを押す



④画面の一番下までスクロールし、カメラマークを押す



⑤最後にQRコードを読み込む

第2回みなみあそ減塩フォーラム開催しました！

12月12日に、役場庁舎にて減塩についてのリモート講演会がおこなわれました。

当日は約50人が参加し、日本高血圧学会減塩・栄養委員会アドバイザーの野村善博氏から減塩の食環境整備と減塩食品の選び方や使い方についての具体的な話がありました。また、食生活改善推進員による減塩料理の動画上映やレシピ集の配布、新作スマートミール弁当や減塩あか牛漬けの試食も振る舞われました。



〈問い合わせ〉健康推進課 保健係 TEL0967 (67) 2704