

平成27年1月27日

健康福祉部健康推進課  
課長 相川  
tel 076-225-1435 (内線4130)

## 体にやさしくおいしい「いしかわヘルシー&デリシャスメニュー」のお披露目試食会を開催します。

県では健康寿命延伸の取り組みとして、生活習慣病の発症予防と重症化予防を食事の面から支援するため、「エネルギー」「塩分」「野菜」の3つの基準を満たすメニューを開発しました。

開発メンバーは食に携わる栄養士、調理師、司廚士のプロの方です。

この、ヘルシーかつデリシャスな料理を体感していただき、家庭や社員食堂等への普及につなげるため、お披露目試食会を開催します。

県として、初めての取り組みですので、ぜひ取材を行っていただきますよう、お願いします。

### 1 日 時

平成27年2月2日(月) 12:00～13:30

### 2 会 場

金沢市ものづくり会館(粟ヶ崎町4-80-1)

### 3 内 容

- (1) 開発チームメンバーによるメニュー紹介
- (2) 試食 5メニュー(10品)を予定

### 4 参 集 者

社員食堂、スーパーマーケット、飲食店関係者等

### 5 注 意 事 項

取材を希望される場合は、1月29日(木)までに、別添1にてお申し込みください。

### 6 そ の 他

「いしかわヘルシー&デリシャスメニュー」の概要については、別添2をご参照ください。

<p>「いしかわヘルシー&amp;デリシャスメニュー」お披露目試食会 参加申込書 石川県健康福祉部健康推進課 宛 送信先 FAX：076-225-1444 ※ <u>締切 平成27年1月29日（木）必着</u></p>
---

日時：平成27年2月2日（月）12：00～13：30

場所：金沢市ものづくり会館（栗ヶ崎町4-80-1）

注）試食する方全員のお名前を、ご記入ください。

貴社名	試食者 ふりがな 氏名	連絡先 電話番号	同行者 （人）	備考
（例） 〇〇通信社	いしかわ たろう 石川 太郎	000- 0000-0000	2	

# いしかわヘルシー&デリシャスメニューの基準

## <基準策定の背景> 石川県の状況

### 糖尿病予備群の率

ワースト4位

出典:厚労省「H22特定健康診査データ」

エネルギーの摂りすぎ

### 食塩摂取量

男性 ワースト 9位 (12.0g)

女性 ワースト10位 (10.1g)

出典:厚労省「H24 国民健康・栄養調査」

塩分の摂りすぎ

### 野菜摂取量

男性 ワースト 28位 (301g)

女性 ワースト 14位 (268g)

出典:厚労省「H24 国民健康・栄養調査」  
目標量 350g

野菜不足

## <基準>

**1** エネルギー控えめ  
600kcal以下

**2** 塩分控えめ  
3g以下

**3** 野菜たっぷり  
150g以上

## <メニュー開発時のポイント>

- 主菜・副菜等を組み合わせた**1食分の食事**として開発
- **身近な食材**を用い、**家庭で調理しやすい**メニュー
- 基準を満たす『**おいしい**』メニューをプロの工夫で実現
- 家庭で調理する際に**アレンジ可能**なメニュー

## 計30メニューを開発

和食 15メニュー  
洋食 10メニュー  
中華 5メニュー



<開発・普及推進委員>

<開発チーム>

所属		氏名
(公社)石川県医師会	理事	三輪 梅夫
(公社)石川県栄養士会	理事	手塚 波子
(公社)石川県調理師会	副会長	松下 明
(公社)全日本司厨士協会 北陸地方石川県本部	会長	川本 紀男
石川県食生活改善 推進協議会	会長	菅井 郁子
金沢市	管理 栄養士	長井 直子

チーム	所属	氏名	備考
チーム 和食	調理師会	多々見 洋	旬のダイニング 十二の月
		田中 剛	(株)見城亭グループ 兼見御亭
	栄養士会	橋本 良子	地域活動栄養士 協議会所属
チーム 和食・中華	調理師会	川上 清	ANAクラウンプラザ ホテル金沢
		前田 利幸	和乃食 はねや
	栄養士会	塩谷 さち子	地域活動栄養士 協議会所属
チーム 洋食	司厨士協会	小石 幸一郎	ANAクラウンプラザ ホテル金沢
		前田 伸也	ホテル日航金沢
	栄養士会	吉國 厚子	地域活動栄養士 協議会所属