

# 健塩応援店を募集します！

あなたのお店「備北圏域版 健塩応援店」になりませんか



健塩くん



「健塩応援店」は、生活習慣病、特に **高血圧症の発症予防、重症化予防に配慮**した「健塩応援メニュー」を提供するお店です。

減らして美味しい！「減塩メニュー」または、増やして美味しい！「野菜たっぷりメニュー」を提供することにより、市民の健康づくりを応援します。

メニューに関する相談やアドバイス、栄養計算などは各市担当課がバックアップします！  
お気軽にご相談ください。



健塩くん

## 認証基準

### ★減らして美味しい！「減塩メニュー」

現在、提供しているメニューよりも減塩にしたメニューを1品以上提供する

### ★増やして美味しい！「野菜たっぷりメニュー」

1食分で野菜 120g以上がとれるメニューを1メニュー以上提供する

#### \* 野菜の定義

いも類、きのこ類、海藻類を含む。大豆・大豆類以外の豆類(枝豆、グリンピース、空豆等)も野菜に含める(日本人の長寿を支える「健康な食事」の定義より)

お問い合わせは

備北地域保健対策協議会 (広島県北部保健所 保健課 健康増進係)

☎0824-63-5181 内線3346