

事例

減塩食品の積極的紹介による減塩化の推進：
J S H減塩食品リストとJ S H減塩食品アワード

日本高血圧学会 減塩委員会

みそ・しょうゆなどの調味料を含む加工食品からの食塩摂取は国民の摂取食塩量の大半を占めています。しかし、現在の食環境を考えると、加工食品を避けて食事をするのは個人の大きな努力が必要で、とくに健常人においては現実的ではありません。一方、加工食品の食塩相当量を減じた減塩食品が減塩推進の一助となると考えられますが、まだ普及しているとはいえない状況です。最近では技術の進歩に伴い減塩食品の味も対照品と比べて遜色のないものになってきていますが、消費者にそのことが理解されていません。このような現状を鑑みて、日本高血圧学会減塩委員会では優良な減塩食品をホームページで紹介する試みを平成25（2013）年6月から始めました。その条件は①食品衛生法などの関連法規を遵守していることはもとより、②対照品より20%以上食塩相当量を減じていること、③栄養表示基準に掲載された分析法で測定したナトリウム量、カリウム量と食塩相当量を表示していること、④美味しい、すなわち対照品と同等に近い味であることなどです。とくに④については官能評価による審査も行っています。年に2回の申請の機会を設けていますが、平成27（2015）年10月にはリストに掲載された減塩食品の総数は105品種（22企業）となりました。またリストに掲載された減塩食品は販売実績の報告が義務付けられており、平成26（2014）年度の小売ベースの販売金額は243億円（販売数量25,400トン）で相対的減塩量（リストに掲載された減塩食品による減塩効果）は572トンでした。また平成27（2015）年5月にはJ S H減塩食品アワードを創設し、リストに掲載された減塩食品のなかでも減塩化の推進に貢献している減塩食品18品目（10社）にアワードを授与しました。今後もJ S H減塩食品リストへの継続的な募集を行い、掲載品の充実を図りつつ、加工食品の減塩化を通じて日本人の食事の減塩化に繋げていきたいと考えています。

