



ふくしまの食育



第四次福島県食育推進計画

基本目標： 食を通して ふくしまの 未来を担う 人を育てる
～家庭、学校、地域が一体となった持続可能な食を支える食育の推進～

基本的施策

健康な心と身体を
育むための
ライフステージに
応じた食育の推進

食と農の連携や
食文化の継承、
持続可能な食料生産と
消費に配慮した
食育の推進

食の安全・安心に
関する知識の普及と
理解の促進のための
食育の推進

福島県食育応援企業団と連携した取組

食品メーカー、小売り業、報道、飲食業など多分野にわたる62社が加入。
様々な食育活動を実践していただいています。

➤健康づくり＋地産地消の推進「ふくしま健康応援メニュー」

企業等の特色を生かしながら「食事バランスの改善」や「地産地消」を推進する取組。
メニューは、県のホームページに掲載。学校給食での提供や、県の健康づくり事業で広く活用。



(株)明治
鶏のモッツアレラチーズ
トマト煮



味の素(株)
キャベツと鶏肉の
カレーミルスープ



カゴメ(株)
フタして10分！
鮭のトマトパツツア



中テレックラボ
(福島中央テレビ)
キャベツの中華風パスタ



キュービー(株)
トマトとふわふわ卵の
マヨソテー



花王(株)
トマトのカレーみそ汁



キャコマン食品(株)
鶏むね肉で！
簡単チンジャオロース



(株)にんべん
高野豆腐と茄子の
オランダ煮



大塚食品(株)
大根と鶏そぼろの
レモン風味サラダ



ボーキ佐藤(株)
彩り野菜と豚ひき肉の
ごまスープ



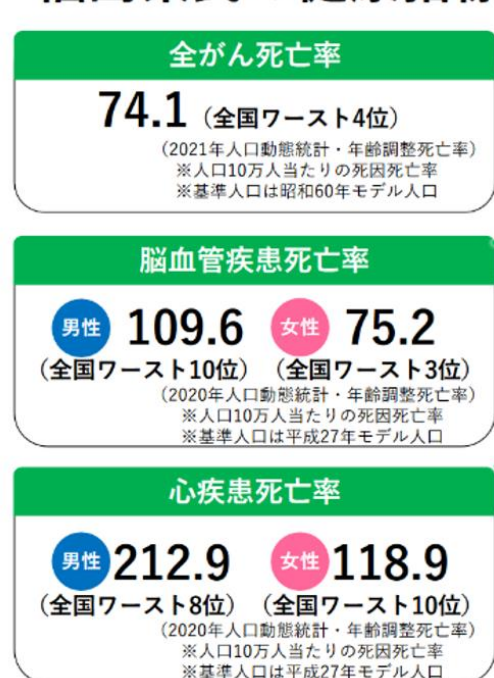
(株)Mizkan
にらと豚肉の冷しゃぶ



理研ビタミン(株)
バターチキンカレー

自然に健康になれる食環境整備を推進しています

福島県民の健康指標



重点的に改善を図る健康課題

①肥満 ②食塩 ③禁煙

重点スローガン

みんなでチャレンジ！
減塩・禁煙・脱肥満

食塩のとり過ぎは、
高血圧から動脈硬化、
さらに心・脳血管疾患に
つながる。

高血圧の者の割合
収縮期血圧
男性 22.8%
女性 18.1%
拡張期血圧
男性 18.4%
女性 9.1%

脳血管疾患死亡率
男性 全国ワースト10位
女性 全国ワースト3位
心疾患死亡率
男性 全国ワースト8位
女性 全国ワースト10位

動脈硬化

自覚症状なく静かに進行するが、生活習慣によって予防可能！

栄養・食生活の分野では「減塩」に重点的に取り組む！

県民の食塩摂取量を減少させるためには、県民総ぐるみで「減塩」に取り組む気運醸成を図る必要があることから、関係団体と連携した取組を強力に展開する。

県民がおいしく減塩を実践できる
食環境づくりに取り組む

減塩の取組

事業の概要

健康長寿の実現に向け、働き盛り世代の県民の食塩摂取量の実態を把握するとともに、県民の塩分の過剰摂取の改善につながる普及啓発等を行うなど、誰もがおいしく減塩できる食環境づくりを推進する。

ポイント

「おいしく減塩」

本県の豊かな発酵文化である味噌・醤油等のうま味を活かし、おいしく無理なく適切な塩分濃度を知り・実践する

新聞・メディアで

○毎月17日（減塩の日）～19日（食育の日）
定期的な情報発信
関心を高める仕掛け、簡単にできる手法の発信等

地域で

○適切な塩分濃度の体験を伴う活動を実施
○食品に含まれる食塩相当量の見える化
加工食品、多く食べがちな食品の食塩の量の情報発信
○管理栄養士等派遣による食育等支援活動で、塩分濃度の体験や食事の適量に関する啓発

県民の食環境

県民に
知ってほしいこと
①適切な塩分濃度
②食事の適量

飲食店で

○適量・適量を実践しやすい環境づくり
「おいしいけど、健康のために〇〇します」等媒体配置等で、実践を後押し

スーパーで

○おいしく適量の惣菜等の開発と販売
○ベジ・ファーストの実践を促す環境づくり

事業所で

○食塩摂取量の実態把握
給食の段階的な減塩、従業員の適量・適量教育

減塩推進ネットワーク会議で推進体制を整備

産学官連携による食環境づくりを推進