

白石の減塩乳和食



地元の蔵王山麓で育った乳牛から搾った牛乳と温麺を活用した「減塩乳和食」の普及推進を行ってきた白石商工会議所が、平成28年度のスマートみやぎ健民優良賞(地域団体部門)を受賞しました。

白石商工会議所



白石商工会議所 会頭 齋藤 昭さん

「減塩乳和食についてお聞かせ下さい」

おいしくヘルシーな減塩食で白石を活性化

白石商工会議所では、平成27年度より「減塩乳和食」を白石市内に広める活動を行ってきました。

減塩乳和食は、減塩による物足りなさを牛乳のコクで代用するとともに、カルシウムが増えて栄養のバランスが良くなる調理方法です。

今年度は市内飲食店「彩食処えびす」の協力を得て1食あたりの食塩相当量2g(日本高血圧学会では1日6g未満の塩分摂取を推奨)の「減塩乳和食弁当」を開発しました。

白石商工会議所で昼食を伴う会議を開催する際に、減塩乳和食弁当の提供をするようになりました。彩食処えびすでも予約をすれば誰でも減塩乳和食弁当を食べられるようになりました。



発行・問合せ先：白石商工会議所 (0224-26-2191) 無塩温麺のご注文：はたけな製菓(0224-25-0111)



白石商工会議所で開催した会議での昼食の様子(減塩和食弁当を提供)



岡本県健康推進課長から副賞の盾を贈呈

日本高血圧学会へ出展

「医学系の学会に参加されたのですが」

昨年9月に仙台で開催されました第39回日本高血圧学会総会のパネルディスカッションに当所副会頭で「はたけな製菓(株)」社長の佐藤秀則氏が参加しました。また、展示ブースを設け、減塩乳和食の取り組みについて説明した資料の配布等も行いました。

減塩の普及啓発を推奨する学会の先生方へ大変好評で、減塩乳和食の可能性に十分な手応えを感じました。今後の地域振興のテーマとして「健康」が一つの鍵になるのではないかと思います。

スマートみやぎ健民通信



平成29年9月発行 宮城県保健福祉部健康推進課 住所：仙台市青葉区本町3-8-1 電話：022-211-2623 E-mail：kensui-k@pref.miyagi.lg.jp

2017 秋号(第5号)

スマートみやぎ健民会議 検索

気軽に楽しく買い物ついでに健康づくり

イオンモール名取に「みやぎヘルサテライトステーション」開設



セレモニーには、知事、名取市長、イオンリテール支社長をはじめ、医師会、県歯科医師会、県看護協会、県栄養士の各会長、保険者、大学、県議会議員の方々に御出席いただきました。



来賓祝辞 山田名取市長 主催者挨拶 村井知事

イオンモール名取(名取市杜せきのした)の1階ウエストウィング特設会場でオープニングセレモニーを開催し、村井知事が主催者を代表して挨拶し「健康みやぎの実現を目指し多くの県民が買い物ついでに気軽に利用して欲しい」と呼びかけました。

また、ステーション運営に参画いただく協力・後援団体を代表し、山田名取市長から御祝辞をいただき、企業・保険者・医療保健団体・大学等の関係団体の長らで握手セレモニーを行いました。オープニングセレモニーの後半には、出席者全員でベガタ仙台の佐々木コーチやチャアリーダーによるストレッチ体操の後、タッチポイントまでモジュールウオーキングを行いました。ステーションは来年3月末日まで開設され、血圧や体脂肪等の測定が無料でいつでもできる「健康測定コーナー」の設置のほか、正しい運動方法を学べる「ウオーキングレッスン」や専門家による「健康相談会」が定期的に開催されます。



平日にも関わらず多くのお客様に御参加いただきました。ベガタチャアリーダーズやベガタくんも参加し会場を盛り上げていただきました。

オールみやぎで

産官学連携による初の取組

各関係団体参加 オープニングセレモニー開催

県では、買い物ついでに健康づくりが実践できる「みやぎヘルサテライトステーション」※を、「イオンモール名取」に開設し、8月4日(金曜日)にオープニングセレモニーを開催しました。

モールウォーキングを行う 村井知事ら



※ みやぎヘルサテライトステーション

買い物等の日常生活の中で個人の健康づくりをサポートする拠点を大型商業施設内に設置したもので、企業、市町村、保険者、医療保健関係団体、教育機関等の産官学連携で運営し、それぞれの特性を活かした健康チェック、健康相談、健康情報の提供等を行います。コンセプトは「健康づくりは気軽に楽しく」。主に青年・壮年期の男性やその家族がターゲット。平成29年度は、プロポーザル方式(企画提案型)により委託業者に決定したイオンリテール株式会社が運営。県では、今後このよう取組を全県的に広げていく予定です。

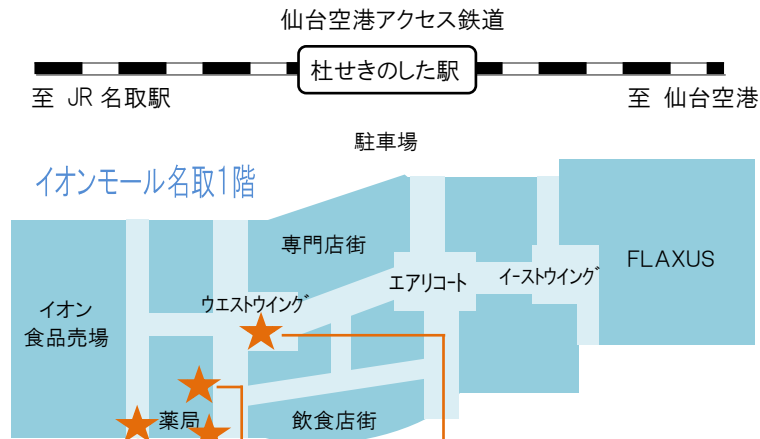
ご家族・お友達・職場の
皆さんを誘って

みやぎヘルスサテライトステーションへ



©仙台・宮城観光 PR
キャラクター むすび丸

イオンモール名取に設置しております「みやぎヘルスサテライトステーション」は、買い物ついでに、気軽にそして楽しく健康づくりが行える環境がそろっています。今回は、その一部をご紹介します。ぜひ、ご家族・お友達・職場の皆様を誘って、健康づくりを体験してみませんか。



セルフ健康チェックコーナー

大好評！買い物ついでに！いつでも！だれでも！自由に測定できます。(無料)

血圧・血管年齢・お肌年齢・体脂肪率をチェックできる計測器を1F薬局コーナーレジ横に設置しています。だれでも自由に測定できますのでお試しください。測定結果については下記の「健康相談会」で専門家に相談できます。



測定コーナーは連日多くの方に人気です



健康相談会

毎月第2・最終土曜日に保健師や栄養士の資格を持つ専門家に無料で相談できます。

セルフ健康チェックコーナーで測定した結果について無料で相談できます。専門家のアドバイスを活かすチャンスです。この機会に、ご自身の生活習慣を見直してはいかがでしょうか？



11:00から16:00開催中

健康情報コーナー

最新の情報を提供しています。パンフレット等はお自由にお持ち下さい。

最新の健康情報を提供するコーナーを1階ウエストウイング南入口に設置しています。減塩やカロリーについてフードモデルでわかりやすく展示しています。健康情報は店内各フロアにある電子掲示板でもお知らせしています。



健康情報コーナー(左は電子掲示板)



フードモデル(塩分量がわかります)

健康に関するイベントの開催

毎月最終土曜日は、ウォーキングレッスンを開催。お役立ち情報満載です！(11:00から開始)

ウォーキングは誰でも簡単にできる健康づくりの方法です。毎月、大学の先生によるミニセミナーの他、トレーナーによるウォーキングレッスンを開催します。正しい運動方法をマスターして店内を歩いてみてはいかがでしょうか？



仙台大学の先生によるセミナーで運動効果を確認



ウォーキングレッスンで「コツ」をお伝えします

健康相談会や各種イベントのスケジュール開催時間・場所は、宮城県健康推進課またはイオンモール名取のホームページに掲載されていますのでご確認ください。(注意:12月の定期イベントの日は変則的になっています)

モールウォーキング

買い物しながらモール内を歩いて
いつものまにか1500歩！
さらにポイントも貯まる！

1階薬局コーナーをスタートに店内床面にウォーキングコースが表示されています。店内4つのポイントをすべて回ると、約1キロ(約1500歩)になります。また、イオン独自の取組で、登録したWAONカードを4箇所のスタンドをタッチすると「イオン健康ポイント」が5ポイントが貯まります。

タッチスタンド設置場所



詳しくは、イオンモール名取店内にある「イオンモールウォーキング」のチラシをご覧ください。

スマート情報

「日本健康会議 2017」で知事が講演

スマートみやぎ健民会議を全国に発信！



挨拶する日本健康会議実行委員会共同代表の日本商工会議所の三村会頭と(左)日本医師会の横倉会長(右) (会場のイノホール&カンファレンスセンターには約500名が参加)



講演する村井知事



国民の健康づくりを民間主導で進める「日本健康会議2017」が加藤厚生労働大臣臨席のもと8月23日、東京都千代田区のイノホール&カンファレンスセンターで開かれました。同会議は健康寿命の延伸と、医療費の適正化を図ろうと、経済団体や医療関係団体、保険者などで平成27年7月に発足し、「健康なまち・職場づくり宣言 2020」の達成を目指しています。この日は「保険者データヘルス全数調査」に基づき宣言の達成状況やこの1年の活動状況などが報告されました。

また、今回は地方自治体の健康づくり・まちづくりなどに焦点をあて、先進的な取り組みを展開する都道府県や市区町村の取り組み事例なども紹介されました。その中で、「健康寿命延伸・健康づくりへ先進県の戦略的取組」として村井知事が本県の取組状況を全国に向けて発信しました。

宮城県が推進する「スマートみやぎ健民会議」は、知事のリーダーシップの下、経済界・医療関係団体・市町村・保険者団体など様々な主体が参画、連携し、健康寿命の延伸と医療費適正化を目指す取組であるとして、注目されています。



宮城県のプレゼン内容(一部) (知事のプレゼンの様子は、日本健康会議のホームページで動画で公開されていますのでご覧ください)

