

# ベジプラス100 & 塩ecoの推進



令和元年9月2日

宮城県保健福祉部健康推進課

# データからみたみやぎの健康課題

メタボ該当者・予備群  
の割合が高い

高血圧の受療率が高い

脳血管疾患で  
死亡する割合が高い

カリウムの多く含まれる  
野菜の摂取量が減っている

働き盛り世代は野菜の摂取が少なく  
そうざいや弁当の利用が多い

食塩摂取量が多い  
男性は全国ワースト1

「第2次みやぎ2 1 健康プラン」, 「第3期食育推進プラン」の推進

**野菜！あと100g**

**減塩！あと3g**

主に働き盛り世代をターゲットに「野菜摂取増加」「減塩」を実践する人を増やす

**実践しやすい食環境整備 と 実践したくなる情報発信**

**健康づくりを実践・継続する県民の増加 → 健康な状態で働く人の増加**

効果

野菜に含まれるカリウム摂取による降圧効果と減塩で高血圧者の減少 → メタボの減少

# ベジプラス100&塩ecoの推進

6月～8月

9月～12月

1月下旬～3月上旬

## ①ベジプラスや塩ecoに関する情報発信

- 食を選ぶシーンやイベント等でロゴマークを使用しメッセージを発信

メニュー募集

商品開発

②ベジプラスメニュー販売

- スーパー、コンビニ、社員食堂等でロゴマークを貼付したベジプラスメニューの販売・キャンペーン

県内大学

食生活改善  
推進員

◎メニュー提供協力

協力

サポーター

スマートみやぎ県民会議応援企業・会員、  
協定締結企業等

(企業) スーパー (量販店) 食品メーカー コンビニ 飲食店 社員食堂 オフィス弁当 給食会社

(団体) 県栄養士会 野菜ソムリエの会

◎自らの取組として①又は②を行う

# 平成30年度の取組実績について

# スタートイベント

イオンリテール株式会社・マルコメ株式会社・味の素株式会社・カゴメ株式会社・  
みやぎ野菜ソムリエの会

- 1 日時・場所 平成30年11月4日（日）  
イオン仙台店アーケード側入り口
- 2 内容
  - ・オープニングセレモニー＆野菜カット
  - ・野菜ゲーム・キャラクターグリーティング
  - ・ベジプラスサポーター企業のPRタイム など
- 3 出席者 宮城県保健福祉部健康推進課  
イオンリテール株式会社東北カンパニー  
マルコメ株式会社

テープカットではなく  
野菜カットです!!



減塩みそ汁  
の試飲



# お弁当・そうざいでベジプラス

株式会社ウジエデリカ・株式会社ウジエスーパー・株式会社ローソン

## 野菜たっぷり弁当！ベジBOXの発売

【株式会社ウジエデリカ・株式会社ウジエスーパー】

11月1日から30日までウジエスーパー10店舗で「 Grillチキンと旬野菜の彩りベジBOX」を販売しました。

このお弁当は、野菜120g以上、食塩相当量3g以下のベジプラス & 塩eco商品です！



## 野菜そうざいにベジプラスシール！

ローソン3店舗（宮城県庁店, 仙台勾当台公園前店, 仙台八乙女一丁目店）で野菜そうざいにベジプラスシールを添付して販売しました。



ベジプラスシール▶



# 社員食堂や宅配弁当でベジプラス

株式会社魚国総本社・カゴメ株式会社・味の素株式会社・  
アルプス株式会社・宮城県警食堂・シブヤ食品株式会社

## 社員食堂でベジプラス！

野菜たっぷりベジプラスランチの提供や健康づくりの役立つポップ等の展示を行いました。メタボ脱却！毎日利用する職場において健康づくりを働きかけました。

- 宮城県庁カフェテリアけやき：11月12日～16日までの5日間
- アルプス電気古川工場：11月13～14日の2日間
- 宮城県警食堂：11月19日～30日のうち7日間



▲勝ち飯！回鍋肉チャーハン定食

## 宅配弁当でベジプラス！

【実施：宅亭（シブヤ食品）】

野菜の多いヘルシーメニュー「健美膳」と一緒にタイアップチラシを配布していただきました。



タイアップチラシ▶

# イベント等によるベジプラス100&塩eco P R

カゴメ株式会社

食育ミュージカルカゴメ劇場



メニュー発表会  
(みやぎサーモン+野菜)





# イベント等によるベジプラス100&塩eco P R

味の素株式会社

宮城県栄養士会

## 八木山フェスタ



## いい日いい汗健康まつり



# イベント等によるベジプラス100&塩eco P R

イオンリテール  
カゴメ株式会社  
マルコメ株式会社

マルコメ株式会社

夏にぴったり！野菜スムージー企画

いしのまき子育てフェスタ



# 研修会・勉強会

マルコメ株式会社

株式会社ジェイエイ仙台

みやぎ食育コーディネーター研修会

「発酵食品を生かした野菜料理」



「野菜スイーツ」



# 研修会・勉強会

みやぎ野菜ソムリエの会

小学校での食育講座！



カゴメ株式会社  
株式会社ウジエスーパー

健康セミナーでベジプラス！



# レシピ集制作協力

味の素株式会社・カゴメ株式会社・マルコメ株式会社・  
宮城県栄養士会・みやぎ野菜ソムリエの会



▲みやぎベジプラスレシピ



# 広報等

## 公式ホームページ及び インスタグラムアカウントの開設・運営

イベントの開催案内やイベントの実施報告などを掲載しています。また、野菜摂取への意識等についてアンケートを実施しています。

## DateFMでの食育活動紹介

みやぎ野菜ソムリエの会

## 河北しゅん（10月号，12月号）

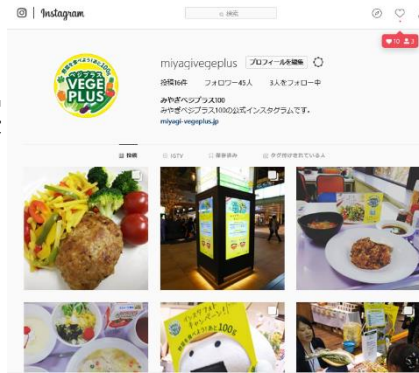
仙台市内を中心として配布されている情報誌にベジプラス100 & 塩ecoに関する記事を，カラー・1ページで掲載しています。

みやぎ野菜ソムリエの会

## JR仙台駅等のJADビジョン

JR仙台駅，あおば通駅，長町駅で11月12日から2週間広報を行いました。

### ▼インスタグラム



### ▲ホームページ



### ▲河北しゅん

JADビジョン▶



# ベジプラスむすび丸，啓発用グッズの制作



▲ベジプラスver  
むすび丸ロゴ



▲ベジプラス・塩ecoロゴ



▲ポスター (B2, B3)



▲ベジプラスのぼり  
・ミニのぼり



▲スイングポップ



▲A5 チラシ, B6 レシピカード



▲ベジプラスレシピ



▲A4 三つ折りリーフ

# 令和元年度の取組について



# 中食・外食でベジプラス

## ベジプラスメニュー (野菜そうざい)

- 【カラフルdeベジプラス】
- 【簡単deベジプラス】
- 【郷土料理deベジプラス】

野菜のおかず (サラダ・おひたし・  
和え物・煮物・炒め物)

## ベジプラス&塩eco弁当・定食

野菜 120g 以上  
食塩相当量 3.0g 未満  
(650kcal以上の場合3.5g未満)

## レシピ

- ①食改レシピ (ベジプラスメニュー：各市町村 1品)
- ②大学生レシピ (ベジプラスメニュー, ベジプラス&塩eco弁当)  
※管理栄養士養成校 (4大学)

6月～募集

8月〆切

2月 販売

ホームページ掲載 16

# ベジプラスメニュー

- ◇メニューのコンセプト 普段の食事に1品プラスしやすい野菜メニュー
  
- ◇メニューの留意点
  - ① 野菜を使ったメニューで副菜となるもの
  - ② 年間を通して入手しやすい安価な食材を使用すること
  - ③ 手間がかからないもの
  - ④ 時間が経っても色や味が変わりにくいもの
  - ⑤ 味付けの濃いものは除く
  - ⑥ オリジナルレシピであること
  - ⑦ 市販の調味料を使用してよい
  
- ◇メニューの募集 6月～8月  
宮城県食生活改善推進員協議会 35品（各市町村1品）  
管理栄養士養成校（4大学） 各校1～2品  
\*レシピにはできあがりの写真を添付
  
- ◇メニューの使用方法
  - 中食・外食でベジプラスの協力店に提供
    - ・スーパー・コンビニのそうざい
    - ・社員食堂, 飲食店等
  - ベジプラス普及啓発で使用
    - ・スーパーやイベント等で配布
    - ・県ホームページに掲載



# ベジプラス&塩eco弁当・定食

◇メニューのコンセプト 野菜のたっぷりとれる適塩弁当

- ◇メニューの留意点
- ① 野菜を120g以上使用していること
  - ② 食塩相当量が3g未満, 650kcal以上は3.5g未満であること
  - ③ 年間を通して入手しやすい安価な食材を使用すること
  - ④ 時間が経っても色や味が変わりにくいものであること
  - ⑤ オリジナルレシピであること
  - ⑥ 市販の調味料を使用してよい

◇メニューの募集 4月～8月  
管理栄養士養成校（4校） 各校1～2献立

- ◇メニューの使用法
- 中食・外食でベジプラスで提供
    - ・スーパー・コンビニ・駅弁等
    - ・社員食堂, 飲食店等
  - ベジプラス普及啓発で使用
    - ・スーパーやイベント等で配布
    - ・県ホームページに掲載

