

## 事業報告書

## 団体名特定非営利活動法人医療と福祉をつなぐ会

事業名	健康サポートレストラン ヘルシー減塩ランチの提供	
事業の 実施内容	時期	平成31年4月15日～令和2年3月31日
	場所	徳島市北常三島町二丁目48番地1 絆きっちゃん
	実施内容	<p>①徳島市保健センターが考案したヘルシーレシピ集を活用した減塩食の献立と、弊社が実践しているヘルシーランチの献立をもとに、生活習慣病予防などを目的とした減塩ランチを新たにメニューに加える。</p> <p>ランチ1食あたり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1日野菜摂取量350gの半分以上</li> <li>・塩分量概ね2g以下</li> </ul> <p>②管理栄養士による個別相談により家庭で調理する上でのポイントや工夫の仕方をアドバイス</p>
	効果	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健センターのレシピの使用や減塩教室について話すことで、保健センターの活動の周知に取組んだ。</li> <li>・家での味付けと、減塩ランチの味付けを比べられた。</li> <li>・調理や栄養の事について、管理栄養士に相談することで、食事や健康、栄養バランス等についてお客様の知識向上に役立った。</li> <li>・定期的に減塩ランチを食べてくださったお客様が、薄味に慣れ、他店の味付けは濃いと思うようになった。</li> </ul>
	役割分担	<p>&lt;団体の役割&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ヘルシー減塩ランチの提供や栄養相談の実施及び周知活動を行った。</li> <li>・徳島市保健センター取組みの紹介や減塩教室の周知など、保健センターと連携することで質の高いサービスを提供した。</li> </ul> <p>&lt;保健センターの役割&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・徳島市保健センターが考案したヘルシーレシピ集の提供、ヘルシー減塩ランチの提供や栄養相談等の広報活動</li> </ul>
工夫した点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヘルシーランチをもとに減塩ランチの献立をたてることで普通食からどのようにすれば減塩の献立にかえる事ができるのか工夫点をわかりやすくした。</li> <li>・家庭でも実践しやすいように、簡単で一般的に家にある調味料で減塩できるメニューにした。</li> </ul>	

<p>今後の 事業展開</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>・令和2年2月7日より価格を680円に設定し引き続き減塩ランチの提供を継続して提供する。</li><li>・減塩弁当の開発を考えていきたい。</li></ul>
---------------------	--

《減塩メニュー例》

