

新 長崎県健康づくり応援の店

健康づくり応援の店とは「健康情報の発信」や「ヘルシーメニュー」の提供を行うことで、お客様の健康をサポートするお店です。

このようなお店を増やすことで、県民の健康づくりへの関心を高め、自分から食習慣を見直して健康になってもらうことを目的としています。

「健康づくり応援の店」に登録すると・・・



- * 登録メニューの相談や栄養価計算のお手伝いをします!!
- * ヘルシーメニュー作りに活用できる**レシピ集をプレゼント!!**
- * 登録店だけが手に入れられる**ステッカー**や**のぼり**でお店をアピール
- * 県のホームページや登録店ガイドブック等でお店を紹介!!
- * 定期的に健康に関する情報資料を提供します!!

登録の対象は、お店の所在地が長崎県内にある「飲食店」「弁当などの製造販売店」「旅館やホテルなどの食事提供施設」「給食施設」です。

登録店募集中!!



お申込み
お問い合わせは
裏面をご覧ください

登録条件

必ず実施

健康情報の提供

資料は県で準備します。

お店で健康づくりに関するポスターの掲示やパンフレットの配布をする。
店内禁煙または喫煙専用室を設置し、未成年が立ち入らないように表示している。



1～3のうち1つ以上を提供

栄養 バランス

1. けんみながさき健味んメニュー

～ のすべてを満たしているメニュー

主食・主菜・副菜がそろっている
エネルギーは500～700kcal程度
野菜（イモ類を除く）・きのこ・海藻類は合計100g以上
食塩相当量は3.0g未満
揚げ物、炒め物などの油料理ばかりになっていない
牛乳・乳製品、果物を使っている
地元の食材や特産品を使っている

塩分 ひかえめ

2. 適塩メニュー

定食1食分の食塩相当量が3.0g未満である

野菜 1/3日分

3. 野菜たっぷりメニュー

1つのメニューで120g以上の野菜を使っている