



減塩♪



「泉区の適塩・減塩マップ」

プロジェクト（中部地区編）

団体紹介

東北で必要とされる管理栄養士になろうというコンセプトで活動を立ち上げ、今年で3年目です。地域への適塩・減塩講座や、一日だけの減塩レストランなどを実施しています。

活動目的・視点

東北の健康課題（高血圧）に際して適塩や減塩がありますが、これは泉区にあっても同様です。特に近年では全ての世代での適塩・減塩が重要とされています。そこで泉区の健康寿命の延伸を最終目的とし、高血圧に限らずですが、健康を気にされる方も元気な方も同じお店で一緒になって泉区で外食を楽しんでいただきたいとする理念（いくなればインクルージブ外食）から、泉区の適塩・減塩マップ（仮称）作りを行いました。

活動実績

泉区内（今回は泉区中部、主に地下鉄沿線上）で、自分たちの外食経験やインターネット検索などを参考にいくつかのお店を候補に挙げました。それぞれに連絡をし、ご賛同をいただいた下記11店舗からなる「健康・適塩・安心 外食マップ」を作製しました。印刷物には地図とリーフレットの両方を用意し、協力店舗ならびに公共施設等に配布しました。

- 会津山都そば つつみ庵（黒松駅周辺）
- カレーハウス マチャーラ（黒松駅周辺）
- 喫茶と食事 みどり（黒松駅周辺）
- 糀藍（八乙女駅周辺）
- かめきちよりみち（八乙女駅周辺）
- 菜食健美 すまいる（八乙女駅周辺）
- 十割そば 八乙女庵（八乙女駅周辺）
- ウナガッタ・カチャトラ（泉中央駅周辺）
- 洋風おかず ななきたキッチン（七北田）
- 味楽食堂（将監）
- らーめん中々（大沢）



活動の成果・今後の目標や展開

マップの名称は変更したものの、内容については非常に好評でした。次年度以降はこのマップの東地区版と西地区版の作成を考えています。一方で、今回ご協力いただいた11店舗と良好な関係を築けたことが、ソルトサークルとして最も大きな財産となりました。将来的にはイベントの提案（健康・適塩外食スタンプラリーなど）も新たな企画として考えられます。また、このような取り組みの啓蒙がすすんだ暁には、泉区では健康を気にされる方も元気な方も一緒に楽しく外食できるお店が多いです。地図もあります。このように「インクルージブ外食の町いずみ」としての、町おこしキャンペーンの提案をいつかはしてみたいです。

