



減塩♪



# 「泉区の適塩・減塩マップ」

## プロジェクト（泉区東部編）

### 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4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。特に近年では高齢期のみならず幼児期からの適塩・減塩も含め、全ての世代での適塩・減塩が重要とされています。泉区の健康寿命の延伸を最終目的とし、「泉区内での適塩・減塩の啓蒙活動」のため、健康を気にされる方も元気な方で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から（いわゆるインクルージブ外食）、泉区の健康・適塩・安心マップ作りを行いました。

### 活動実績



泉区内（今回は泉区東部）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7店舗からなる「健康・適塩・安心 外食マップ」を作製しました。印刷物にはリーフレットとB2サイズの地図の両方を用意し、協力店舗ならびに公共施設、地下鉄アドポスト（泉中央駅・八乙女駅・黒松駅）、ドラッグストア等に配布しました。

- 中華料理 桜園（南光台地区）
- カフェ喫茶 シュガソル（南光台地区）
- 四季の膳 秀香（市名坂地区）
- 焼肉ふじ（市名坂地区）
- 定食と喫茶 マーチ（向陽台地区）
- アンヴェイ・カフェ（鶴が丘地区）
- Soba Dining 喬花（鶴が丘地区）

### 活動の成果・今後の目標や展開



去年の中部地区版に引き続き、本年度は東部地区版を作成できました。予定通りを進めば、次年度は西部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7店舗様（去年と合わせて計18店舗様）と良好な関係を築けたことが、最も大きな財産(成果)となりました。将来的には、健康や適塩・減塩に関して、産学官連携での外食メニューの開発や、イベントの提案（適塩・健康外食スタンプラリー、一日だけの適塩・健康レストラン等）も考えられます。加えて、もう2年分のマップが完成したら、地域でのワークショップなどで本プロジェクトを地域間の情報交流の橋渡し役として機能させてみたいのです。またこのような取り組みの啓蒙がすすんだ際には「泉区では健康な人も病気の人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」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。

## 外食MAP



TOHOKU SEIKATSU BUNKA UNIVERSITY

東北生活文化大学

ソルトサークル

