

県の取組

暮らしの中で自然に健康な行動になるような食環境づくりの必要性が高まっています。県は、企業と連携してベジファーストによる食事バランス改善や、減塩の環境整備を進めてきました。事業所給食で少しずつ減塩したところ、あ

る企業では 3 週間で喫食者全員の食塩摂取量を毎日約 0.5g 減少することができました。全国で 0.5g の減少に 4 年かかっている事^{*1} を考えると大きな成果だと思います。さらにスーパーでは、減塩した惣菜がおいしいと評価され、売上が増加する結果となり、その後、複数の企業の皆様から御協力いただくことができ「健民ライフキャンペーン」の減塩コースへつながりました。健康長寿の鍵は、健康な習慣の積み重ねです。福島で暮らせば健康長寿になれる、というゴールを目指して、健康を応援する取組をこれからも広げていきたいと思っています。

*1：令和元年人口動態統計 *2：厚生労働省 特定健診・特定保健指導に関する各種データ

*3：平成 28 年国民健康・栄養調査 *4：平成 24・28 年国民健康・栄養調査結果の比較

健民ライフキャンペーン

ICTを制する者は、センテナリアン時代を制す？ ホームページ活用法

広報部
高萩 多香野

県民の皆様のホームページ 願い：（公社）福島県栄養士会は皆様のお役に立ちたい

- ① 福島県栄養士会はどんな組織？行政や医療、研究、学校や福祉、事業所や地域に大勢の会員がいます。頼れる栄養士会です。
- ② 栄養について相談したい！に応えます。
- ③ 福島県民ならではの、豆知識やレシピがあります。
- ④ 賛助会員企業の役立つ商品や食育イベント等情報がわかります。
- ⑤ 栄養士・管理栄養士になりたい！人はご相談ください。

栄養士・管理栄養士の皆様のホームページ

- ① 福島県栄養士会員は日本栄養士会員です。会員は、
 - 自分に合わせた様々な研修（日本栄養士会・福島県や他県の研修）をオンラインやハイブリッド研修でお得に受講できます。
 - 使える資料閲覧や最新の情報をゲットできます。
 - 会員は、様々な認定専門管理栄養士の資格を学び、取得してスキルアップができます！
- ② 福島県の栄養士・管理栄養士にむけた活動や求人情報等が得られます。
- ③ 会員以外の方へ参加可能な研修があります（一部負担あり）。
- ④ 厚生労働省・食品安全委員会・食品成分のデータベースの最新の情報が得られます。

『スーパーセンテナリアンまで使えるホームページです！』

