

## 事例

## 岩手県中部保健所の減塩・適塩に関する取組

岩手県中部保健所

岩手県は「健康いわて21プラン（第2次）」を策定し、「脳卒中死亡率全国ワースト1からの脱却」を全体目標の1つに掲げて、岩手県脳卒中予防県民会議を設立し、毎月28日を「いわて減塩・適塩の日」に設定するなどして県民あげて減塩・適塩に取り組んでいます。今回は当所の次の取組について紹介します。

## 1 特定給食施設塩分摂取基準適合率向上に向けた取組

管内の特定給食施設の基準適合率が低かったことから次の取組を実施しました。

## 〈指導ポイント〉

- ・塩分測定器を活用した味噌汁の塩分濃度測定
- ・独自の栄養管理自主点検チェック票の作成・活用  
主なチェック項目：塩分摂取基準に適合状況や不適合理由など
- ・施設からの改善報告書の提出と再指導（立入検査）

## 〈指導による効果〉

平成26年度基準適合率36.5%→平成27年度基準適合率92.9%

各施設が「減塩・適塩」の重要性や塩分摂取状況についてあらためて認識し、基準適合に向けて塩分測定器を活用し出汁や香辛料を用いて徐々に薄味にする、教育委員会との連携により、パンの配合塩分を見直すなど積極的に取り組むことで適合率が著しく向上しました。

## 2 健康寸劇シナリオを活用した普及啓発

普及啓発ツールとして、減塩を含めた脳卒中予防に関する必要な知識がわかりやすく盛り込まれた独自のシナリオを作成しました。このシナリオは、地域の方言で演じることで楽しく理解することができるよう工夫しており、「家族の会話」形式での寸劇シナリオになっています。身振り手振りや衣装を工夫して演じられ会場はいつも笑いと笑顔でいっぱいです。

（シナリオ掲載 [http://www.pref.iwate.jp/kennan/hana\\_hoken/hoken/034343.html](http://www.pref.iwate.jp/kennan/hana_hoken/hoken/034343.html)）

本シナリオを活用した住民の自主的な活動が広がっています。

### 〈適塩給食の例〉

パン給食の日は塩分が多くなりがちなので献立に一工夫。ミネストローネ、鮭のレモン焼き、ごぼうサラダ。ミネストローネはトマトの旨味で、鮭のレモン焼きはレモンの香りで薄くても美味しく、この日も残食ゼロでした。(花巻市立湯本小学校)



### 〈健康寸劇の様子〉

遠野の河童に扮して健康寸劇が終わって記念撮影。

「お父さん、しょっぱいもの食いすぎだべ。気をづけろっじゃあ。」今日の演技も大好評でした。

