

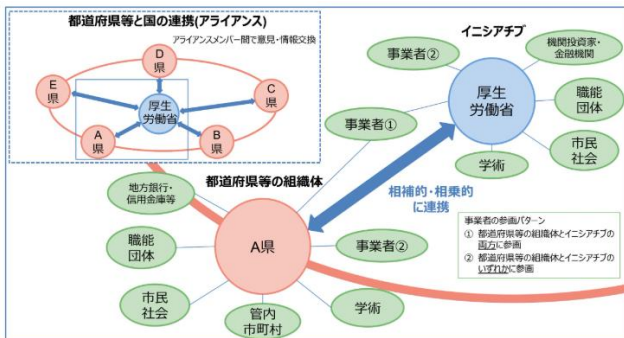
福島県における「おいしく減塩」 食環境づくりの取組について



内容

- 1 取組の背景
- 2 食環境づくりの取組
- 3 減塩推進ネットワーク会議の概要
- 4 減塩アクションプロジェクト
- 5 事業者等と連携した取組
- 6 R7年度の取組

はじめに



食環境アライアンス参画の状況

令和7年6月30日現在

2024年度参画

正式登録

- 福島県

暫定登録

- 秋田県
- 茨城県
- 栃木県
- 群馬県
- 神奈川県
- 福井県
- 山梨県
- 岐阜県
- 三重県
- 滋賀県
- 京都府
- 大阪府
- 兵庫県
- 山口県
- 長崎県
- 大分県

2025年度参画

暫定登録

- 北海道
- 青森県
- 岩手県
- 宮城県
- 山形県
- 千葉県
- 奈良県
- 広島県
- 香川県

1 取組の背景 ①福島県民の健康指標

- 県民の死因 第1位：がん、第2位：心疾患、第4位：脳血管疾患
- 3つの生活習慣病の死亡率は全て全国ワーストクラス
- 生活習慣病につながる「メタボ」「肥満」「食塩」「喫煙」の生活習慣に関連する指標も全国ワーストクラス

福島県民の健康指標

全がん死亡率

74.1 (全国ワースト4位)

(2021年人口動態統計・年齢調整死亡率)
※人口10万人当たりの死因死亡率
※基準人口は昭和60年モデル人口

脳血管疾患死亡率

男性 109.6 女性 75.2

(全国ワースト10位) (全国ワースト3位)

(2020年人口動態統計・年齢調整死亡率)
※人口10万人当たりの死因死亡率
※基準人口は平成27年モデル人口

心疾患死亡率

男性 212.9 女性 118.9

(全国ワースト8位) (全国ワースト10位)

(2020年人口動態統計・年齢調整死亡率)
※人口10万人当たりの死因死亡率
※基準人口は平成27年モデル人口

メタボ率

19.5% (全国ワースト4位)

(2023年度特定健診データ)

肥満者の割合

男性 39.4% 女性 26.6%

(全国ワースト7位) (全国ワースト3位)

(2022年度特定健診情報)

食塩摂取量

男性 11.9g 女性 9.9g

(男女とも全国ワースト2位)

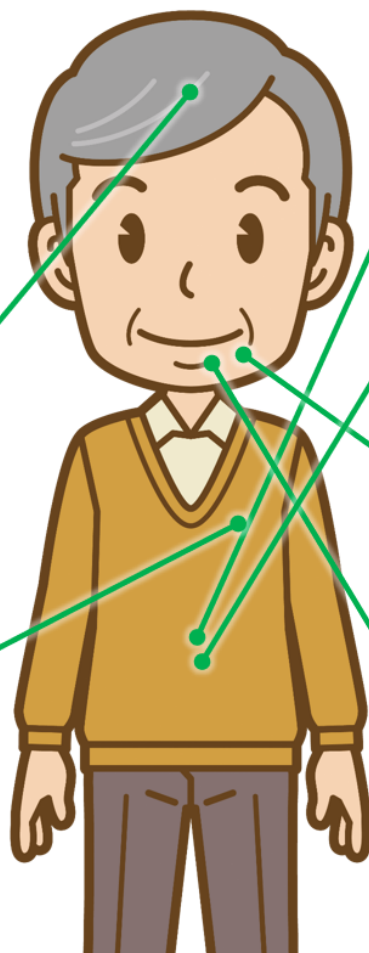
(2016年国民健康・栄養調査)

喫煙率

男性 33.2% 女性 10.5%

(全国ワースト1位) (全国ワースト2位)

(2022年国民生活基礎調査)



1 取組の背景 ②庁内外との連携



	H25	～	H30	R1(H31)	R2	R3	R4	R5	R6	R7
庁内				■知事をトップとした「健康長寿ふくしま会議」を設置 ▶各専門分野の団体等が食・運動・社会参加に視点を置いた健康づくりにオール福島で取り組むために設置。 ■健康長寿ふくしま トップセミナーの開催						
							R4 健康長寿ふくしま 「食」のトップ会談 健康長寿ふくしまを実現する食環境づくりへの挑戦 知事と県内のスーパーマーケット、外食産業の代表が食を通じた県民の健康づくりについて対談。官民が連携して健康的な食環境づくりを推進する契機に！			
	食育推進庁内連絡会議（危機管理部・企画調整部・生活環境部・保健福祉部・商工労働部・農林水産部・教育庁）									
庁外				■福島県食育応援企業団の登録 スーパーマーケット、食品メーカー、流通関係者、報道機関等 62社（R7.6月末時点） ▶企業団や市町村等との交流会・セミナー等を開催し、連携強化を図ってきた						
							■スーパーと連携した 減塩総菜の開発・販売の検証の取組 ▶R2～R3:1社、R4:5社、R5:4社、R6:1社			

R6～新計画&重点スローガン

みんながチャレンジ!
減塩・禁煙・脱肥満

R4

健康長寿ふくしま
「食」のトップ会談



内閣府健康政策、ヨークベニマルの高柳幸夫社長、幸楽苑ホールディングス(HD)の新井田野社長は2月、福島市で「健康長寿ふくしま「食」のトップ会談」に臨み、食を通じた県民の健康づくりに意見を交わしました。県総合計画にある「全国に誇れる健康長寿県」の実現に向け、3氏が発表した言葉の一部を紹介します。

ふくしま
減塩推進
NW会議

2 食環境づくりの取組

事業の概要

健康長寿の実現に向け、働き盛り世代の県民の食塩摂取量の実態を把握するとともに、県民の塩分の過剰摂取の改善につながる普及啓発等を行うなど、誰もがおいしく減塩できる食環境づくりを推進する。

ポイント

「おいしく減塩」

本県の豊かな発酵文化である味噌・醤油等のうま味を活かし、おいしく無理なく適切な塩分濃度を知り・実践する



県民の食環境

新聞・メディアで

- 毎月17日（減塩の日）～19日（食育の日）
- 定期的な情報発信
- 関心を高める仕掛け、簡単にできる手法の発信等

地域で

- 適切な塩分濃度の体験を伴う活動を実施
- 食品に含まれる食塩相当量の見える化
- 加工食品、多く食べがちな食品の食塩の量の情報発信
- 管理栄養士等派遣による食育等支援活動で、塩分濃度の体験や食事の適量に関する啓発

県民に 知ってほしいこと

- ①適切な塩分濃度
- ②食事の適量

飲食店で

- 適塩・適量を実践しやすい環境づくり
- 「おいしいけど、健康のために〇〇します」等
- 媒体配置等で、実践を後押し

スーパーで

- おいしく適塩な惣菜等の開発と販売
- ベジ・ファーストの実践を促す環境づくり

事業所で

- 食塩摂取量の実態把握
- 給食の段階的な減塩、従業員の適塩＋適量教育

減塩推進ネットワーク会議で推進体制を整備

産学官連携による食環境づくりを推進

【R7】ふくしまおいしく減塩緊急対策事業

福島県の現状

＜福島県民の健康指標の現状＞

東日本大震災以降、県民の健康指標は大きく悪化したが、現在もメタボ該当者の割合は全国ワースト4位、急性心筋梗塞死亡率は男性が全国ワースト7位、女性が全国ワースト9位など、高塩分摂取がリスクとなる健康指標が悪い状態が続いている。

＜福島県民の食塩摂取量＞

平成28年国民健康・栄養調査結果では、一日当たりの摂取量が男性11.9g・女性9.9gであり、国の平均値及び目標量を上回っており、男女ともに全国ワースト2位の状況である。

＜「第三次健康ふくしま21計画」の目標項目（抜粋）＞

1日当たりの食塩摂取量の減少 (20歳以上)	男性	11.9g (H28)	→	7.5g (R14)
	女性	9.9g (H28)	→	6.5g (R14)

＜福島県民の食行動の課題＞

令和4年度福島県食行動実態把握調査で、働き盛り世代で肥満に該当する人の特徴で「減塩に対する行動・態度・意識が少ない」との分析結果が得られた。

減塩に関する主な食行動

- ①ラーメンや麺類の汁を飲む量：全部飲む（肥満24.2%、肥満でない12.8%）
- ②味がついている料理にさらに醤油等をかけて食べるか：
ぜんぜんない（肥満28.2%、肥満でない38.6%）
- ③濃い味付けのものを好んで食べるか：
ほとんどいつも＋ときどき（肥満62.4%、肥満でない52.5%）

＜これまでの食の取組・課題＞

これまで食の取組では、「ふくしま“食の基本”」の普及啓発やモデル的にスーパー・給食施設における自然に減塩できる食環境整備を推進してきた。

県民の食塩摂取量を減少させるためには、
県民総ぐるみで「減塩」に取り組む気運醸成を図る
必要があることから、関係団体と連携した取組を
強力に展開する。

事業内容

健康長寿の実現に向け、働き盛り世代の県民の食塩摂取量の実態を把握するとともに、県民の塩分の過剰摂取につながる普及啓発等を行うなど、誰もがおいしく減塩できる食環境づくりを推進する。

1 減塩推進ネットワーク強化事業

県民総ぐるみで減塩に取り組むため、推進体制の強化を目的に、市町村・食品関連企業・関係団体等と減塩に関する会議等を開催する。

2 おいしく減塩＋ベジ推進キャンペーン

(1) 減塩＋ベジ推進キャンペーン

関係団体等と連携した効果的な普及啓発活動を実施する。

(2) スーパーにおける減塩＋ベジ推進モデル事業

スーパーにおける減塩惣菜の開発・販売、ベジ・ファーストの実践を促す環境整備のモデル事業を展開する。

3 働き盛り世代の減塩実践チャレンジ事業

(1) 働き盛り世代の食塩摂取量の実態把握調査

R6年度に調査を実施した県内の働き盛り世代約2000人等を対象に尿中推定食塩摂取量検査を実施し、食塩摂取量の実態を調査する。

(2) 減塩実践チャレンジ事業

企業の従業員に尿中推定食塩摂取量検査等の実施及び日常的に取り組める健康的な食行動の提案やアドバイス等を通して、対象者自身が減塩や食事の適量を理解し、取組終了後も継続した実践を促す。

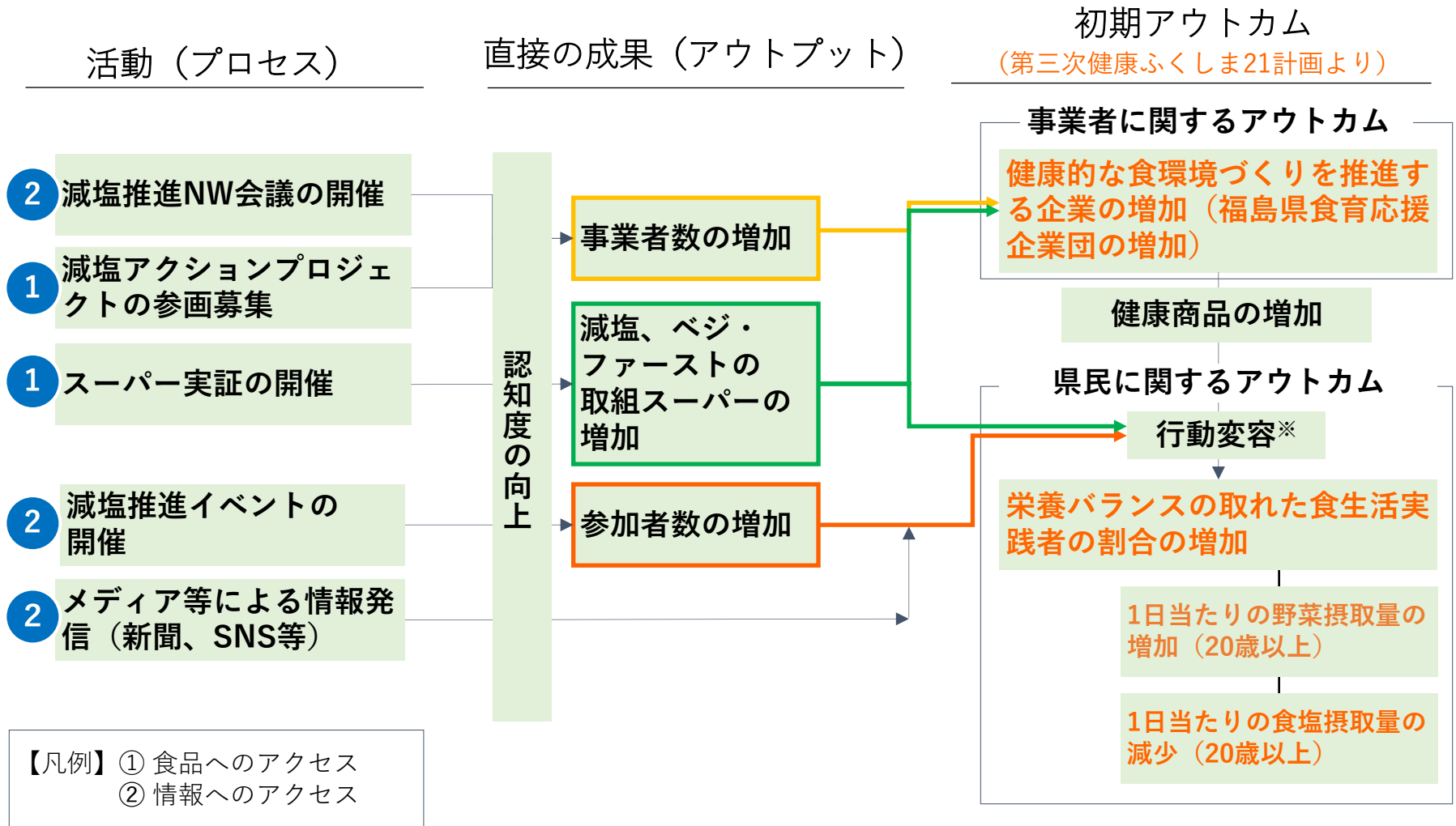
4 ふくしま“食の基本”推進運動～減塩推進運動～

住民により近い立場にある食生活改善推進員による、地域に根ざした普及啓発活動や実践に向けた料理教室等の実施。

5 管理栄養士・栄養士による栄養・食生活支援業務

市町村や保育所等に管理栄養士等を派遣し、栄養指導や食育活動の支援を行う。

減塩の取組に関するロジックモデル



※ ここでいう「行動変容」とは、減塩やベジ・ファーストの実施や減塩等の健康商品の購買等を指す

3 減塩推進ネットワーク会議の概要

事業内容

健康長寿の実現に向けては、行政や食環境に関わる事業者・関係団体が総ぐるみで県民の食塩摂取量の減少を図る必要がある。

そのため、市町村・食品関連事業者・関係団体等と減塩に関する会議を開催し、推進体制の強化を図り、自然に健康になれる食環境づくりを目指す。

ふくしま減塩推進ネットワーク会議

【参集者】

市町村、福島県食育応援企業団（スーパー、食品関連事業者、報道機関等）、味噌醤油工業協同組合、管理栄養士・栄養士養成施設、福島県食生活改善推進連絡協議会、福島県栄養士会、関係団体等

【内容】

食塩に関する健康課題の状況や、各機関の取組を共有・情報交換することでネットワークの強化を図るとともに、連携した取組について検討する。

R6.10月
開始

【減塩アクションプロジェクト】

各企業が減塩に関する減塩アクションを設定し、その目標及び成果を発信していく。



減塩アクションの例

減塩アクションの種類	減塩アクション	実施期間	数値目標
商品開発	主力商品である〇〇の食塩相当量を減らす	2024年4月～2027年3月 (3年間)	20%

【R6】第1回減塩推進ネットワーク会議 R6年8月7日開催

【目的】

県内企業や関係団体等に対し取組方針等の理解を図り、減塩の取組への参画を促す。

【参加者】

企業22社36名、関係団体4機関7名、45市町村64名、保健福祉事務所8名

【内容】

- 本県の健康課題や減塩事業の概要について
- 減塩推進ネットワーク会議について
- 情報交換会

【結果】

■事業者アンケートより (n=7)

- ・6事業者が参画意向あり、長くても6ヶ月以内に行動目標の提出可能との回答。
- ・行動目標の公表において、評価指標、評価指標の直近の数値、モニタリング手法を公表することにハードルあり。

■参加者アンケートより (n=24)

- ・県内の健康指標について、現状の説明と対策方法について議論したいとの意見が多い。
- ・会議への期待として、事業者同士、事業者と行政、オールふくしまでの連携の機会を求める声が多い。
- ・県民に対し、健康課題と取組を周知することが求められている。
- ・会議参加者の発言の機会を増やす・交流などを求める意見が複数あり。



事業者の参画・行動目標に関する対応策（案）

- 行動目標の記載事項のハードルを下げるために業種ごとの例示を示す（食品製造事業者、食品流通事業者、メディアなど）
- 行動目標の提出が困難であると回答があった企業に個別面談を行う
- 行動目標の提出により得られるメリットを示す（県主催の健康イベントへの出展権など）

【R6】第2回減塩推進ネットワーク会議 R7年2月4日開催



【目的】

県内企業や関係団体等に対し取組方針等の理解を図り、減塩の取組への参画を促す。

【参加者】

企業17社38名、関係団体3機関11名、17市町村22名、保健福祉事務所7名

【内容】

- 本県の減塩事業の取組状況について
- 事例発表「減塩アクションプロジェクト参画と今後の展望について」
- グループディスカッション「県民が『おいしく減塩』を実践するために」

【結果】

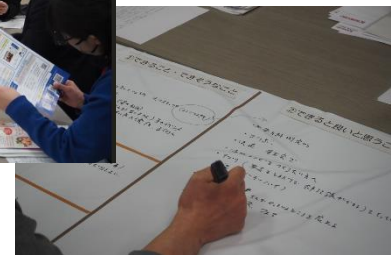
- グループディスカッションでの意見まとめ

①できること・できそうなこと

- ・子どもへの減塩教育→保護者への伝達
- ・継続的に減塩商品を販売
- ・メディアでの情報発信
- ・料理をしない人へのアプローチ など

②できると良いと思うこと

- ・子ども向けセミナーの開催（企業と自治体のコラボ）
- ・様々なイベントで「減塩＝おいしくない」のイメージ払拭
- ・「減塩」を良いイメージの言葉で発信する
- ・身近な販売店での減塩商品の取り扱いを増やす
- ・商品パッケージで上手な食べ方の情報発信 など



4 減塩アクションプロジェクト R6年10月から募集開始

参画事業者への期待と役割

減塩推進ネットワーク会議

減塩アクションプロジェクト

①減塩推進ネットワーク会議に参加し、
本県の健康課題や取組方針等を理解する

②参画原則に同意する場合、減塩アクションの活動予定票を提出する
ライト参画：減塩に関連したアクション
フル参画：具体的な減塩アクション（実施期間・数値目標設定）

③減塩アクション達成に向けた取組を行う
→参画事業者名・減塩アクションを県HP等で情報発信する

④定期的に取り組み結果を報告する
→県でとりまとめ、県ホームページ等で情報発信する

⑤減塩推進ネットワーク会議にて、
他事業者等と取組共有・情報交換を行い、より効果的な取組を実行する

プロジェクト参画事業者だけでなく、市町村・県食育応援企業・関係団体等が参加し、
「他事業者等の取組を知る」「課題の共有や工夫を知る」「連携強化やきっかけを得る」等、
みんなで食環境づくりを推進していく

8.減塩アクションのフォーマット

フォーマットと記入説明

(参考) 減塩アクションの例

企業の業種や活動の種類に合わせて、貴社の直近の数値や自社分析による、優先すべき事項・課題に対する減塩アクションを設定いただけます。

減塩アクションの種類	減塩アクション	実施期間	数値目標
商品開発	主力商品である〇〇の食塩相当量を減らす	2024年4月～2027年3月 (3年間)	20%
イベント開催	健康(減塩)フェアの開催	2024年4月～2025年3月 (1年間)	2回
情報発信	減塩に関する新聞(番組)での普及啓発	2024年4月～2025年3月 (1年間)	3回
レシピ開発	減塩に関する「ふくしま健康応援メニュー」の開発	2024年4月～2026年3月 (2年間)	20レシピ
セミナー開催	栄養士による食育・減塩教室	2024年4月～2026年3月 (2年間)	2回

福島県保健福祉部健康づくり推進課

13



「減塩アクションの活動予定票」

※本「減塩アクションの活動予定票」の提出をもって「ふくしま減塩推進ネットワーク会議」への参加申請書の提出といたします。
※本ページの「減塩アクションの活動予定票」は、貴社同意のもと、そのままの形でPDF化して、福島県公式ウェブサイトにお開きさせていただきます。ご了承ください。
※ご提出いただいた「減塩アクションの活動予定票」は、事業の推進状況を踏まえて更新いたします。
※「減塩アクションの種類」「減塩アクション」は必須記載項目ですが、「実施期間」「数値目標」は任意記載で構いません。 中参照のための手引き参照

企業名	
担当部署(ふりがな)	
所属部署名	
電話	
FAX	
メールアドレス	
ホームページアドレス	

非公開の情報

減塩アクションの種類をお書きください
(例)

商品開発、イベント開催、情報発信、レシピ開発、セミナー開催、その他

貴社で実施する減塩に関する取組
「減塩アクション」をお書きください

実施期間と数値目標をお書きいただくことで、
「フル参画」になります

減塩アクションの数値目標をお書きください

減塩アクションの実施期間をお書きください

「減塩アクションの活動予定票」

提出日: 年 月 日	業 種
ふりがな	
企業名	
企業所在地(主な活動エリア)	本店・本社・本部所在地
〒 ()	〒 ()

「減塩アクションの活動予定」

減塩アクションの種類	減塩アクション	実施期間	数値目標

※減塩アクションは欄のスペースを適宜拡張し、なるべく具体的に記載してください。

凡例

必須(ライト参画)

任意(フル参画)



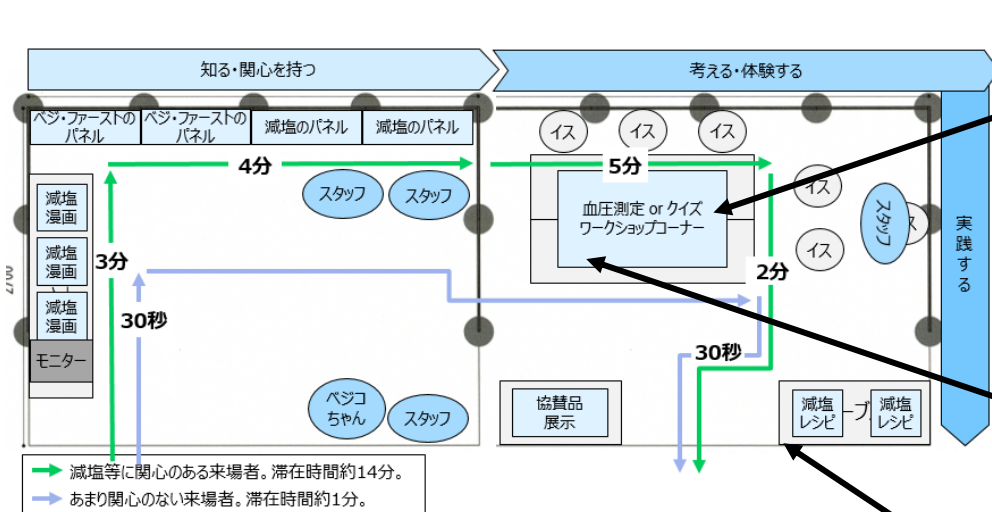
■減塩アクションプロジェクトへの参画事業者は8事業者（流通小売事業者 5 社、製造事業者 3 社）

事業者	業種	減塩アクションの種類					
		商品開発	イベント開催	情報発信	レシピ開発	セミナー開催	その他
アポクリート株式会社	食品流通小売事業者		○		○		○
大塚食品株式会社 仙台支店	食品製造事業者			○	○	○	
キッコーマン食品株式会社 郡山支店	食品製造事業者		○	○	○	○	
キューピー株式会社 仙台支店郡山営業所	食品製造事業者			○	○		
国分東北株式会社	食品流通小売事業者	○	○	○	○		○
みやぎ生協・ コープふくしま	食品流通小売事業者			○		○	○
佐藤株式会社	食品流通小売事業者			○	○		
イオン東北株式会社	食品流通小売事業者	○	○	○			

5 事業者等と連携した取組



【R6】イベントでの「減塩&ベジ・ファースト」の啓発活動



【アンケート結果】

①ブース来場者 (n=345)

- ・食塩のとりすぎ問題を認識しているのは92.4%
- ・ほぼ全員が減塩 (98.3%)、ベジ・ファースト (95.2%) を今後実践したいと回答。

②ワークショップ参加者 (n=49)

- ・参加者の半分以上は、子どもの頃から食塩のとりすぎに気をつけた方がよいことを知っていた。
- ・89.6%が食塩のとりすぎに気をつけようと思ったと回答。

食べ比べ

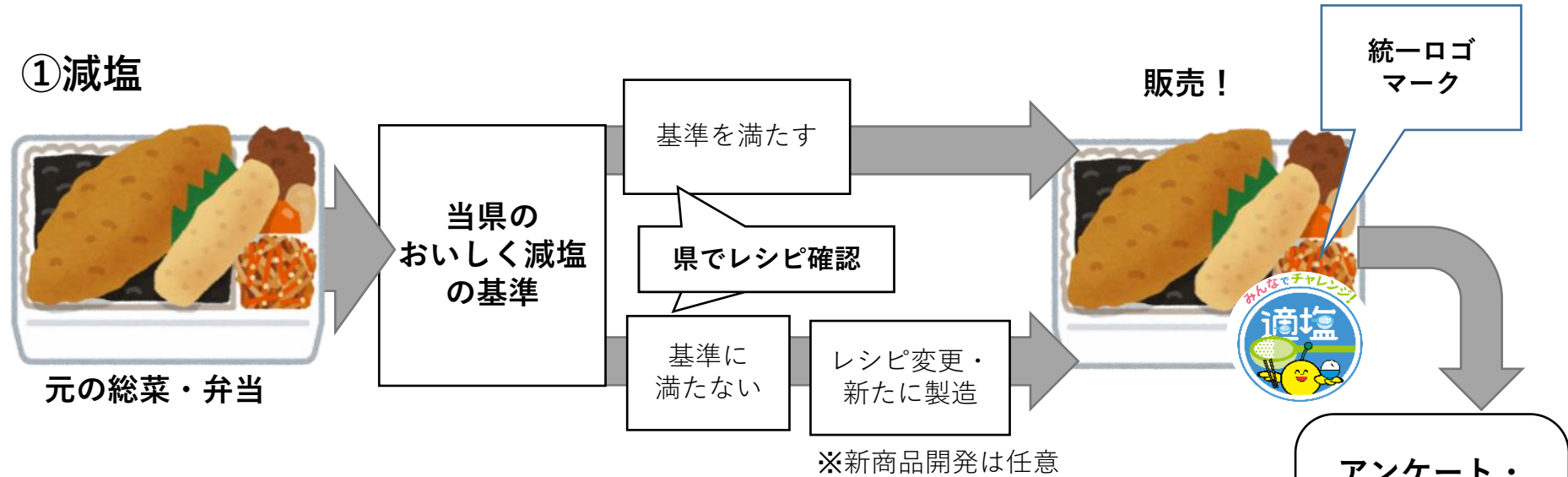


血圧測定

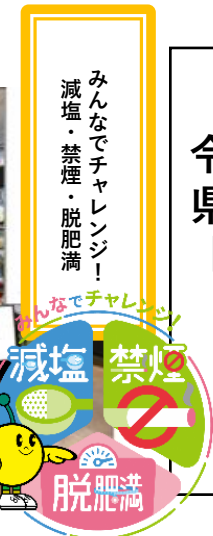


【R6】スーパーにおける減塩＋ベジ推進モデル事業

①減塩



②ベジ・ファースト



令和7年1月～2月に
県内のスーパーでキャンペーンを展開

【内容】

- 減塩商品特設コーナー設置
- 食育応援企業ブース（減塩や野菜啓発等）
- 食生活改善推進員 適塩体験ブース 等

① 福島県「おいしく減塩」の基準

区 分	基 準
単品の総菜 ○主菜 ○副菜 ○汁物	各区分で①②の両方を満たすこと 【主菜】 ①たんぱく質の量：1人分当たりのたんぱく質の量は12g以上とする。 ②おいしく減塩：1人分当たりの食塩相当量は1.2g以下とする。 【副菜、汁物】 ①野菜等の使用量：1人分当たりの野菜の使用量は70g以上とする。 (きのこ・海藻・いもは野菜に含む。) ②おいしく減塩：1人分当たりの食塩相当量は1.2g以下とする。
弁当 ○主食＋主菜＋副菜 ○主食＋副食（主菜・副菜）	①②のいずれかを満たすこと ①ちゃんと（エネルギー量：450kcal～650kcal）1食あたり 主食（飯・パン・めん類）：飯の場合150～180g（目安） 主菜（魚・肉・卵・大豆製品）：60～120g（目安） 副菜（野菜、きのこ、海藻、いも）：100g以上 食塩相当量：3.0g未満 ②しっかり（エネルギー量：650kcal～850kcal）1食あたり 主食（飯・パン・めん類）：飯の場合170～220g（目安） 主菜（魚・肉・卵・大豆製品）：90～150g（目安） 副菜（野菜、きのこ、海藻、いも）：100g以上 食塩相当量：3.5g未満

【課題】

- ▶ 基準が厳しい。
- ▶ 他県との基準が異なる。行政単位で基準が異なると製造工程上効率が悪い。

② 減塩&ベジ・ファーストの実践を促すキャンペーン

- 令和7年1月～2月に、4事業者の県内スーパー7店舗でキャンペーンを実施した。
- スーパーのエントランススペースやイベントスペース等を活用して、来店者（消費者）に「減塩」や「ベジ・ファースト」に関する周知活動や血圧測定などを行い、減塩や野菜摂取に関する普及啓発活動、消費者の意識変容・購買変容効果検証を実施した。

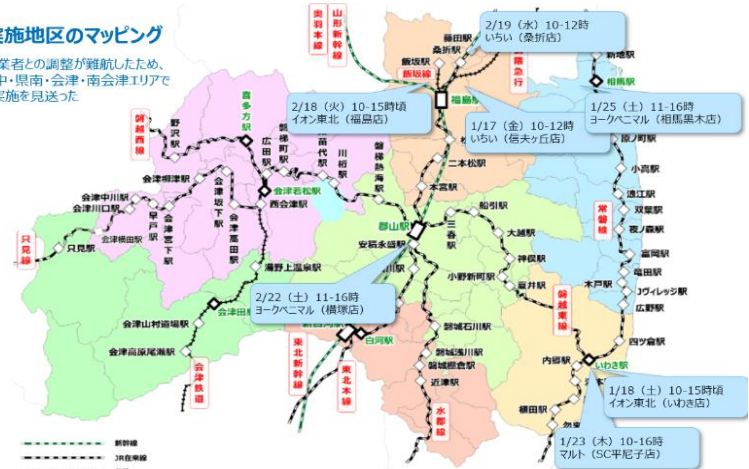
【目的1】 減塩や野菜摂取に関する普及啓発

【目的2】 減塩や野菜摂取の効果検証

- 県民の意識・行動変容
- 事業者の減塩当商品の売上増加

実施地区のマッピング

※事業者との調整が難航したため、
県中・県南・会津・南会津エリアでの
実施を見送った



6 R7の取組

①減塩推進ネットワーク会議

- ・ 会議参集者間の連携強化の促進

②減塩アクションプロジェクト参画企業の拡大

- ・ 県食育応援企業への積極的な声かけ

③減塩イベントの開催

- ・ 商業施設等で体験型イベントによる普及啓発の実施

④「減塩」「ベジ・ファースト」に関する情報発信

- ・ マスメディアの活用、金融機関等への県取組の説明 & 協力依頼

⑤スーパーにおける減塩＋ベジ推進モデル事業

- ・ 「知らず知らずに減塩！」できる減塩惣菜等の開発 & 販売
- ・ 「よいことたくさん！」減塩 & ベジ・ファースト推進イベントの実施

⑥子ども向けワークショップを活用した地域での普及啓発

- ・ 県栄養士会委託事業を活用して市町村でモデル的に実施

おわりに

「みんなで食環境づくりを推進していく」ため、
現状を維持するためのさらなる基盤づくり、新たな関係づくりをすすめます！

