

## 元気なとり減塩プロジェクト

### 「名取市減塩お弁当コンテスト」について

名取市では、減塩について正しい知識を得て、脳・心臓・腎臓を守ることを目的に、『「元気なとり」減塩プロジェクト』を展開しております。

今回、市内の学生を対象に野菜摂取向上と減塩の取組みへの意識を高める目的で7月1日から7月22日の期間“名取市減塩お弁当コンテスト”の募集を行いましたところ、76作品・参加者110人の応募がありました。

今後の予定は、1次審査を行った後、10月4日（火）に市長を初めとする委員による最終審査を行い、10月29日（土）名取市文化会館にて開催する「元気なとり」減塩フォーラムの会場にてグランプリなど約5点の入賞を発表いたします。

#### <応募の目安>

- ・必須条件（スマートミールの基準（ちゃんと）に準拠）

スマートミールの詳細は以下を参照

<https://smartmeal.jp/smartmealkijun.html>

- ① ご飯の量は150～180gとすること
- ② 魚・肉・卵・大豆製品の量は60～120gとすること
- ③ 野菜、きのこ、海藻、いもは140g以上使うこと
- ④ 食塩相当量は3.0g未満とすること
- ⑤ 入手困難な食材を使用したものやキャラクターをかたどった複雑なものとししないこと
- ⑥ JSH 減塩食品リスト掲載の減塩調味料を使うこと

#### ・推奨条件

- ① 株式会社ささ圭 減塩笹かまぼこを取り入れる
- ② 名取市特産野菜である小松菜・チンゲン菜を取り入れる

#### <最終審査>

10月4日（火）閑上公民館（予定）にて最終審査を行います。

#### <審査結果>

10月29日（土）名取市文化会館にて開催する「元気なとり」減塩フォーラムの会場で発表いたします。

#### <参考>

応募作品の展示を8月15日（月）から市役所1階会計課前にて行います。