

山梨県食生活改善推進員連絡協議会

[山梨県：活動期間55年]

食塩摂取量全国1位からの脱却！「私達の健康は私達の手で」を掲げた
健康寿命延伸のためのボランティア活動の取組

県民栄養調査結果を踏まえた 「すこやか県民減塩活動」

山梨県食生活改善推進員連絡協議会は、1979年に県施策の「すこやか県民減塩活動」へ参加したことをきっかけに、本格的な減塩推進活動を開始しました。減塩活動の特徴として、会員が各家庭を訪問し、その場でみそ汁の塩分濃度測定を行うことが挙げられます。同時に、減塩を意識した調理方法や食品ロス削減についての指導も実施しています。目の前で測定結果が出ることで、対象者も自身の味覚や塩分量を再認識することができ、食生活の見直しや健康意識の向上に繋がります。



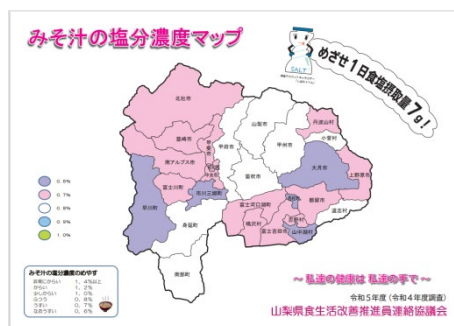
塩分濃度測定器「減塩くん」



お家のみそ汁の塩分濃度に興味津々！

色分けした「市町村別のみそ汁の塩分濃度マップ」による減塩普及

家庭訪問から得たみそ汁の塩分濃度測定の結果を用いて、塩分濃度段階を色分けして示した「市町村別のみそ汁の塩分濃度マップ」の定期的な作成・更新を行っています。結果をマップにすることで、県民の実態が可視化され、減塩意識の普及に役立っています。



マップにすると
結果が一目でわかります



会員みんなでマップ作成

やまなし食品ロス削減推進パートナー 団体として登録

2022年11月に、食品ロスに関するリーダー研修を開催し、会員67名が食品ロス削減サポーターとなって課題解決に向けた取組を開始しました。協議会としては、やまなし食品ロス削減推進パートナー団体として登録事業者となり、減塩活動および普及啓発に取り組んでいます。



研修ではグループワークで
理解を深めます



この度は、栄誉ある賞を賜り、会員一同心よりお礼申し上げます。発足から56年、県内27市町村のヘルスマイトが、健康づくりの担い手として減塩推進活動をはじめ、各世代別の食育活動や食品ロス削減活動など様々な活動を地道に推進してきた結果が実りました。この受賞を励みに、これからも地域の皆さんの健康づくりの輪を広げていきたいと思ひます。

山梨県食生活改善推進員連絡協議会一同