

Renewal

ヘルシーたかまつ協力店 登録募集中！！

高松市では、市民ひとりひとりの健康に対する意識の向上に加え、外食・中食業界で活躍される皆様に御協力いただき、**食生活を健康づくりの観点からサポート**していけるよう、**食環境づくり**に取り組んでいきたいと思っています。

バランスのよいメニューの提供や、健康づくり情報の提供など、市民の健康づくりに取り組むお店として登録しませんか？

下記の**取組内容の項目のうち、2つ以上の取組で登録**できます！ぜひ御連絡をお待ちしています😊

外食

● 対象店舗（外食部門、中食部門の2種類あります） ●

中食



食堂・レストラン
ホテル・旅館



仕出し・弁当業者
スーパー、ファーストフード店、惣菜店 等

● 取組内容（5項目のうち、2つ以上の取組で登録できます） ●

健康に配慮したバランスの よいメニューの提供

- ★ 主食、主菜、副菜がそろっている
- ★ 野菜たっぷりメニューである（1食あたり120g以上）
- ★ お店の主な利用者の推定エネルギー必要量の概ね1/3程度である
- ★ 脂質・塩分は控えめである
- ★ （※外食部門のみ）栄養成分表示をしている

利用者の要望に応じた取組

- ★ お客様の要望に応じた対応をしている
（主食の量の調節、調味料の選択、食べやすい工夫、アレルギー・宗教等で食に制約のある方への配慮 など）

健康づくり情報の提供

- ★ 健康に関するポスター、パンフレット等の掲示・配布を行う

野菜摂取を応援する取組

- ★ 野菜たっぷりメニューの提供
（主食、主菜、副菜がそろったメニューで、1食あたり野菜・きのこ・海藻等の合計が120g以上のメニューとする）
- ★ 野菜たっぷりの工夫
（1品あたり野菜・きのこ・海藻等の合計が120g以上のメニューがある、サラダバーがある、副菜メニューが豊富、付け合せの野菜のおかわり可 など）

食塩の過剰摂取への取組

- ★ 食塩相当量が3.0g未満のメニューの提供
（主食、主菜、副菜がそろったメニューで、1食あたり食塩相当量が3.0g未満のメニューとする）
- ★ 食塩の摂りすぎに対する工夫
（だしを利かせる、下味は控えめ、減塩調味料を使用、汁物は具沢山 など）

（外食部門のみ）★項目について全て取り組まれているお店は **三つ星ヘルシーランチ店**の登録が可能です

ヘルシーたかまつ協力店に登録いただく

- ❁ 高松市のホームページや各種イベント等でお店の情報を紹介します
- ❁ 取組方法等の相談をお受けいたします

ステッカー



外食部門版



中食部門版

※実物のステッカーは直径13cm程度の大きさになります

ヘルシーたかまつ協力店
ホームページ
二次元コードはこちら



お店の入口などに掲示して
「ヘルシーたかまつ協力店」の
PRに御活用ください

ヘルシーたかまつ協力店に登録する場合は

高松市健康づくり推進課 管理栄養士へお問い合わせください

(登録・サポート料は無料です)

- STEP 1 日程調整の後、お店へ説明に伺います
- STEP 2 取組内容を決定する
(5項目からお店で取り組んでいただける2項目以上を選択)
- STEP 3 登録申込書等を提出
(申込書と登録に必要な書類を御準備ください)
- STEP 4 登録完了・ステッカー等の交付
(登録手続きが完了しましたら、お店にお持ちいたします)

外食・中食事業者の皆さんへ

食物アレルギーのお客様との会話で困った経験ありませんか

消費者庁では、外食・中食における「食物アレルギー」に関する理解を深めてもらうためのパンフレット等を作成しています。なぜ取組が必要なのか、どのような取組があるのか、また、どのようなことに注意しなければならないか等が記載されています。すでに自主的に取組（事前相談など）を開始している事業者の方もいます。ぜひ、参考にしてください。

→食物アレルギーへの取組は、ヘルシーたかまつ協力店登録条件「利用者の要望に応じた取組」の一つになります。

検索 消費者庁 食物アレルギー

問合せ先

高松市保健所健康づくり推進課 栄養係

TEL (087) 839-2363 / FAX (087) 839-2367

メールアドレス hokencen@city.takamatsu.lg.jp