

ふくしま減塩アクションプロジェクト 参画のための手引き 【令和7年4月版】



福島県 保健福祉部 健康づくり推進課

目次

- 1 福島県民の健康課題
- 2 取組の背景
- 3 食環境づくりの取組
- 4 減塩推進ネットワーク会議の概要
- 5 プロジェクト参画事業者への期待と役割
- 6 プロジェクト参画事業者のメリット
- 7 減塩アクションの設定要点
- 8 減塩アクションのフォーマット
- 9 減塩アクションの公表フロー
- 10 参画原則

1.福島県民の健康課題

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

「食」に関する指標

メタボ率

19.2% (全国ワースト4位)

(2021年特定健診データ)

肥満者の割合

男性 39.8% **女性 26.9%**
(全国ワースト6位) (全国ワースト4位)

(2020年特定健診情報)

食塩摂取量

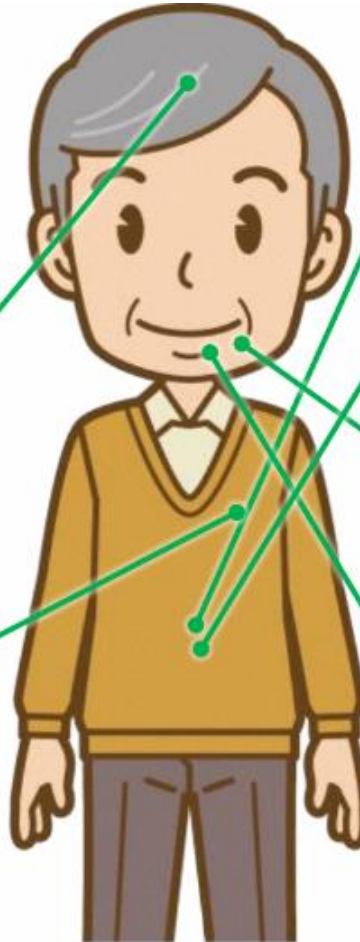
男性 11.9g **女性 9.9g**
(男女とも全国ワースト2位)

(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)



出典：第三次健康ふくしま21計画<概要版>

2.取組の背景

国の動き	県の計画	食の取組 成果・課題等
厚生労働省「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」 健康日本21（第三次） ➤指標 「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」に登録されている都道府県数	福島県総合計画 ➤具体的に解決を進めるべき本県の現状と課題3つのうち「人口減少対策」 人口減少対策（＝地方創生） ・急激な少子高齢化への対応 ・魅力的な教育環境の整備 ・健康づくりの必要性 ・若者の東京圏への流出抑制 ・高齢者や女性など多様な人材の活躍 ・日常生活に必要なサービスの維持 ・本県への移住・定住の推進 第三次健康ふくしま21計画 ➤重点的に改善を図るべき健康課題「肥満・食塩・喫煙」	○バランスの良い食事＋減塩啓発を中心とした取組 →（課題）成果・評価が難しい ○県民の食行動調査(減塩に対する行動) →食べ過ぎ、濃い味好みといった食行動の課題を把握 ○スーパーとの食環境づくりの検証 →（成果）マイナスの影響は少なく、自然に健康になれる環境づくりの手法として有効な可能性あり
都道府県にも同様の取組が求められている		★協力者★ 福島県食育応援企業団 知事との対談やセミナー等で健康的な食環境整備を推進するコンセンサスを得た
事業者・市町村・関係団体等とのネットワークを強化し、さらなる連携を図りながら、自然に健康になれる食環境整備に取り組む		

3.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

おいしく適塩
野菜たっぷり

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

Super Market

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

産官連携による食環境づくりを推進

4.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】

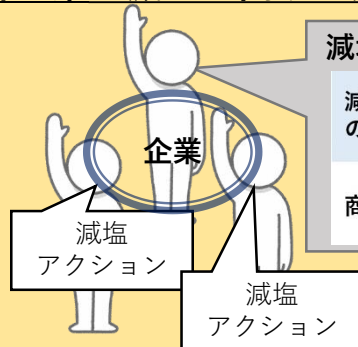
市町村、福島県食育応援企業団（スーパー、食品関連事業者、報道機関等）、味噌醤油工業協同組合、管理栄養士・栄養士養成施設、福島県食生活改善推進連絡協議会、福島県栄養士会、関係団体等

【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。

【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%

5. 参画事業者への期待と役割

事業者の皆様をお願いしたいこと

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表を提出**する。

ライト参画：減塩に関連したアクションを提出。

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）を提出。

※詳細は次ページ以降にて説明。

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。

④**定期的に取り組み結果を報告**する。

→県でとりまとめ、県HP等で情報発信。

⑤減塩推進ネットワーク会議にて、他事業者等との

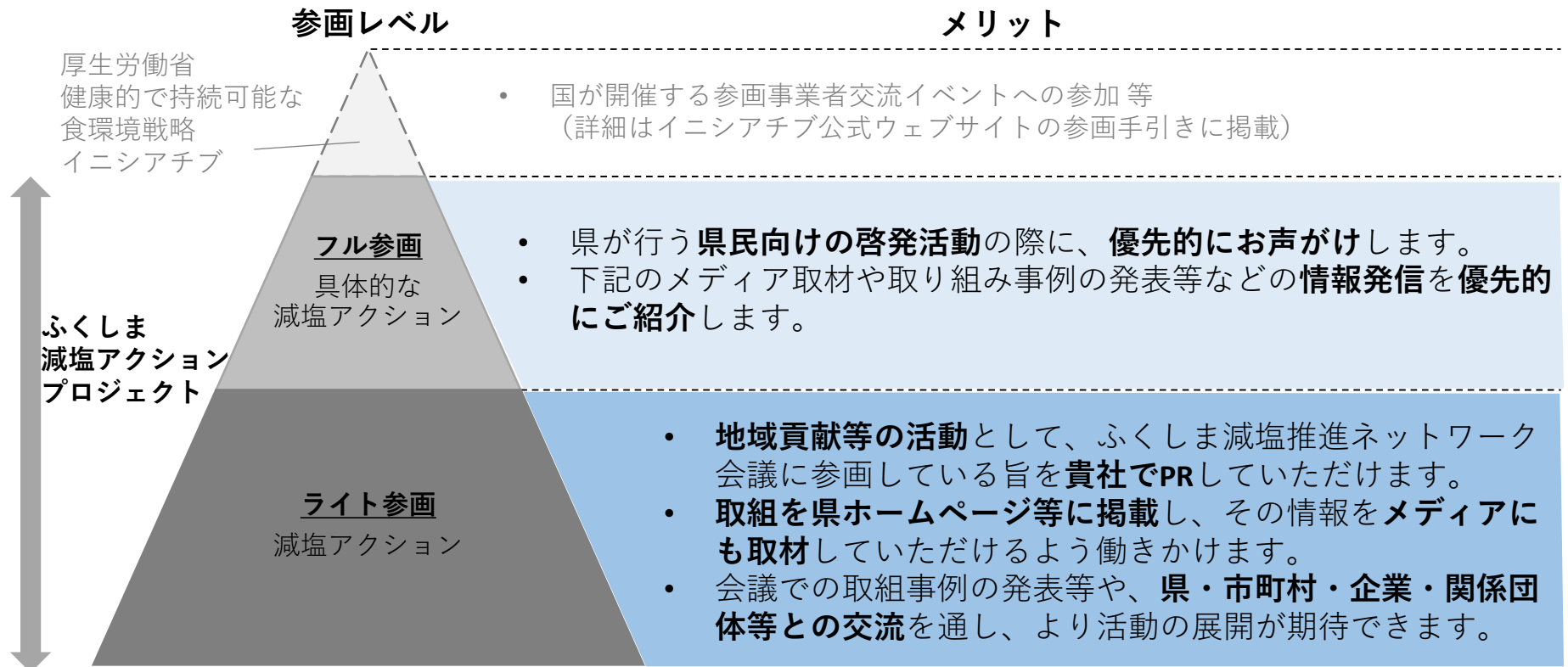
取組共有・情報交換を行い、**より効果的な取組を実行していく。**

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。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、皆様で取組を盛り上げていきたい。

6.参画事業者のメリット

減塩アクションを提出いただくことで、本県の事業に係る様々な機会を提供させていただきます。

減塩アクションプロジェクトの参画レベルとメリット



7.減塩アクションの設定要点

減塩アクションプロジェクト 減塩アクションの要点

――ライト参画――

- ① 食塩の過剰摂取に関する減塩アクションを、1つ以上設定してください。

――フル参画――

- ② 減塩アクションは自社分析により、優先すべき事項・課題を反映してください。
- ③ 減塩アクションの達成度を測定できるような実施期間を設定してください。
- ④ 減塩アクションの達成度を測定できるような数値目標を設定してください。
- ⑤ 減塩アクションが、本会議の趣旨に沿っているか確認し、調整をお願いする場合があります。

(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

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

「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」への参画申請書の提出といたします。

※次ページの「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掲載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だけます。

※「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。 ※参画のための手引き参照

企業名	
担当者名（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

「減塩アクションの活動予定票」

提出日： 年 月 日

ふりがな			業 種
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。

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

凡例

必須（ライト参画）

任意（フル参画）

9.減塩アクションの公表フロー

減塩アクション提出

福島県での内容確認

公表前調整

公表

実施
内容

「減塩アクションの
活動予定票」を
福島県に提出※1

福島県が
内容を確認
希望に応じて打合せ可能

公表するに当たり、
事業者に対して公
表内容と公表時期
を連絡
希望に応じて一部秘匿化
可能

県HPにて減塩アク
ションを公表※2

時期
目安

(作成でき次第
ご提出ください)

1か月程度

1-3週間程度

1-3週間程度

※1 本時点で減塩アクションプロジェクトへ正式な参画表明とし、県HPに事業者名を公表します

※2 公表し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だけます

10. 参画原則

- 県が進める**健康的で持続可能な食環境づくりの取組に賛同**する。
- 栄養の課題（食塩の過剰摂取）に関する**減塩アクションを設定**する。
減塩アクションは毎年の進捗や達成状況に合わせて、PDCAを実施し、変更（上方修正、下方修正）することが可能です。
- ウォッシュ（注）にならない減塩アクションを設定**する。
（注）「ウォッシュ」とは、消費者等への訴求効果を狙い、表面的な取組、見せかけの取組を行うことをいいます。
- 減塩アクションが**公表されることに同意**する。
- 減塩アクション設定後、**進捗状況等を毎年アンケート形式で報告**する。
（アンケートのイメージ）
 - Q1 目標に向けて活動を推進することができたか
 - Q2 目標に挙げた取組の実施回数
 - Q3 特にアピールしたい取組内容 等
- 本会議の取組推進を阻害しない。
- 反社会的組織・活動に関わりがない。

参画の御連絡をお待ちしています

- ・ 減塩アクションご提出先

宛 先：福島県保健福祉部健康づくり推進課

e-mail：kenko-zukuri@pref.fukushima.lg.jp



福島県保健福祉部健康づくり推進課