

## 小牧市「こまきヘルシーメニュー」募集要項

こまきヘルシーメニューとは、生活習慣病予防及び健康増進を目的とし提供する食事の基準を満たした、健康に配慮したメニューであると市の認定を受けたメニューを指し、その提供店を認定店舗としています。

市民が自ら、健康に資する食事選択ができる環境を整え、同時に適切な食事を選択するための情報提供の体制整備を行うことを目的としています。

ライフスタイルの変化に伴う食の外部化が進む中、従来のヘルシーメニューの基準を見直しました。市民の健康づくりにぜひご協力ください。

(1) 応募資格：小牧市内の飲食店

(2) 応募方法：応募用紙と写真を保健センターに提出

「応募用紙」に必要事項を記入のうえ、写真（印刷、もしくはデータ提出）を合わせ、保健センターへ持参、郵送、E-mailにて応募してください。

応募用紙は小牧市ホームページ（トップページのサイト内検索で「こまきヘルシーメニュー」と入力してください）からダウンロードできます。紙での配布は保健センターへお問い合わせください。

応募いただいた写真はホームページ掲載時にも使用します。なお、応募用紙、写真の返却は致しません。メニュー内容は必要に応じて保健センターからお問い合わせさせていただきます。

(3) 応募規定

健康に配慮された、ご自慢のメニューを募集します。また小牧市の特色ある素材の利用、地産地消や地域の伝統料理など、地域の味を伝えるメニューもあわせて募集します。

(4) 認定基準：健康に配慮した、バランスのとれた一食分のメニューであること。

お店の推しを教えてください。市民の健康づくりに役立つ食事として登録できるかもしれません。

野菜たっぷり	野菜の使用量が120g以上であるメニュー
ベジファースト	最初に野菜料理を提供するもの
ちょっぴり減塩	ドレッシングやたれが減らせる（もしくは少なめ） または減塩しょうゆやだししょうゆなどが選べる

しっかり減塩	1食に含まれる塩分が3g以下のメニュー
フレイル対策	運動習慣のある人や高齢者に向けたタンパク質豊富なメニュー
たっぷりカルシウム	成長期や高齢者にうれしいカルシウムがたっぷりとれるメニュー
たっぷり鉄分	貧血予防に鉄分をしっかりと含むメニュー
地元の味	地産地消や地域の伝統料理など、地域の味を伝えるメニュー

上記を満たすメニューがあればぜひご応募ください。栄養価計算などは保健センターでも行えます。

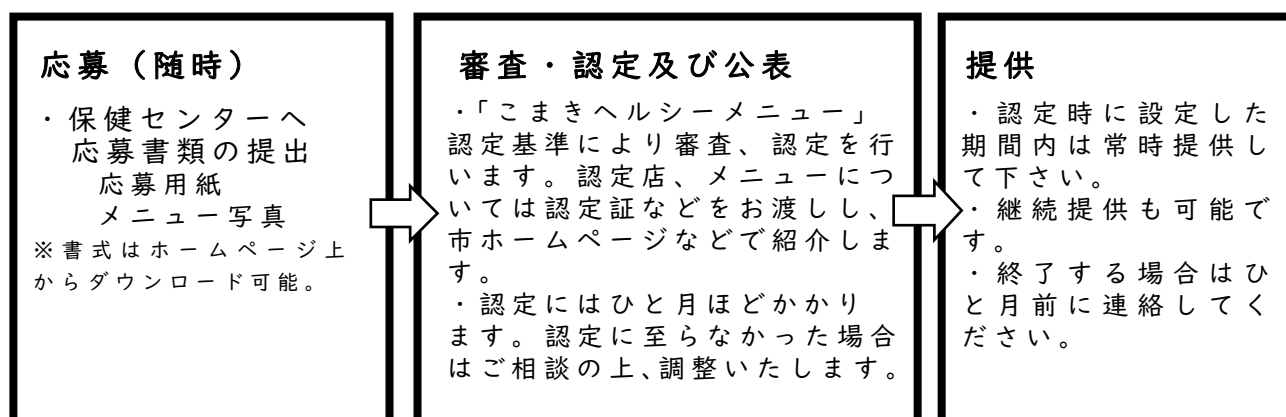
### (5) 提供について

期限を設けて認定を受けたメニューは、設定期間は常時提供してください。また認定に際してお渡しする認定証、認定マークは店内に掲示するなど小牧ヘルシーメニューのPRにご協力ください。その他健康に関するPRについてご協力をお願いすることがあります。

提供期間が終了した後も、健康に配慮したメニューとして継続して提供していただくことができます。

終了される場合は、提供をとりやめるひと月前までに保健センターまでご連絡ください。辞退届の提出、認定書などの返却をもって終了受付となります。

### (6) 認定までの流れ



問い合わせ・応募先（担当：赤塚、磯貝）  
〒485-0044 小牧市常普請一丁目318番地  
[TEL:0568-75-6471](tel:0568-75-6471) FAX:0568-75-8545  
E-mail: [hokensen@city.komaki.lg.jp](mailto:hokensen@city.komaki.lg.jp)