

2011年2月15日

塩を減らそうプロジェクト

&lt; 報道関係者各位 &gt;

## 「塩を減らそうプロジェクト」、発足1周年記念イベントで 石田純一さんによる『減塩マーク』発表除幕式を開催

～『減塩マーク』はイトーヨーカドー、ナチュラルローソン、大手調味料メーカーでも採用予定～

高血圧予防啓発のために活動を展開している「塩を減らそうプロジェクト」は、2月15日(火)、発足1周年を記念した記者発表会を開催しました。

当日は、「塩を減らそうプロジェクト」代表顧問であるNPO法人日本高血圧協会理事長 荒川規矩男先生による高血圧に関するレクチャーのほか、「塩を減らそうプロジェクト」の2010年活動報告、『減塩マーク』発表除幕式、そして料理研究家 浜内千波さん監修の減塩メニュー試食会が実施されました。

### 「塩を減らそうプロジェクト」大使、石田純一さんによる『減塩マーク』の除幕式を開催

塩分の摂りすぎは高血圧の主な原因といわれている中、海外で減塩キャンペーンを成功させているフィンランドやイギリスでは、減塩、低塩がわかるようなマークがスーパーなどで売られている食品に貼られており、国民の塩分摂取量の低下につながりました。(塩を減らそうプロジェクト独自調査)

こうした中、日本でも社会全体での減塩、低塩をさらに“世の中ごと化”するため、「塩を減らそうプロジェクト」はこのたび、食品や外食業界が活用できるような『減塩マーク』を制作しました。日本高血圧学会が推奨する塩分摂取量は1日6g未満ですが、現在の日本人の塩分摂取量は1日平均約11gです。減塩マークの普及により、1日の塩分摂取量6g未満を意識していただき、より健康的な生活を過ごしていただきたいと考えています。

この減塩マークの発表では、「塩を減らそうプロジェクト」大使の石田純一さんと同プロジェクトの代表顧問である荒川規矩男先生による除幕式が行われました。石田さんは今回のイベントに際して次のように述べました。「私は以前から減塩に対して気をつけてきました。この『減塩マーク』を通して多くの方々にも減塩に対する意識を高めてもらい、健康になってもらいたいと思います。」また、荒川先生は、「日本ではまだ塩分コントロールに対する教育が足りないと感じています。ぜひ、日本の企業などで『減塩マーク』を広く活用していただき、減塩に取り組んでもらいたいと思います。」と述べました。



この度発表された、『減塩マーク』



イベントの様子

## 広がる減塩運動 大手流通 外食産業 食品メーカーなどが減塩への取り組み開始

さまざまな業界でも「減塩」への取り組みが広がっています。以下にご紹介する流通、外食産業、食品メーカーなどでも「減塩」を意識した施策の1つとして『減塩マーク』が採用される予定です。社会全体の取り組みへの第一歩として、今後のさらなる広がり期待が持たれます。

### ナチュラルローソン

ナチュラルローソンでは、2011年2月15日(火)より、料理本「体脂肪計タニタの社員食堂」で話題の健康計測機器メーカー、タニタと共同で開発したお弁当を発売します。今回、販売する5品は「タニタ社員食堂」のレシピ



コンセプトを元に、社員食堂の担当栄養士である荻野菜々子さんに監修していただいたもので、野菜多めで満腹感が得られるように工夫しながら、「塩分量」「低カロリー」にこだわっています。今回の企画だけにとどまらず、今後も減塩を意識した商品開発を行なっていく予定です。

### イトーヨーカドー

イトーヨーカドーでは、2011年2月23日(水)～27日(日)に、大森店、武蔵小金井店、三郷店にて、特設企画「減塩生活はじめよう～減塩+塩分排出で“体内減塩化”～」を実施予定です。店内では、調味料だけでなく塩の排出を促すカリウムを多く含有する野菜など、さまざまな減塩関連商品を集めた売り場を展開し、家庭での減塩+塩排出をサポートします。他にも「減塩メニューの試食コーナー」、「減塩レシピ」、「減塩クイズ」などを企画し、来店者の減塩意識の向上を狙っていきます。

### ぐるなび

ぐるなびでは、2011年3月1日(火)より、都内飲食店を対象に「減塩メニューの食べられるお店」フェアを開催予定です。「家庭で気を付けていても、外食の塩分まではコントロール不可能」という多くの方の声に応える減塩メニューを紹介していきます。

### 塩を減らそうプロジェクト賛同企業

ミツカンやヤマキを始めとする賛同企業では、減塩商品の推奨、減塩レシピの紹介、販促ツールなどを活用し、各社独自で減塩の啓発に取り組む予定です。

なお、上記活動では『減塩マーク』の活用を予定しており、今後、他の企業や外食産業における『減塩マーク』の採用につながるものと考えております。

以上

## 塩を減らそうプロジェクトについて

厚生労働省の調査によると日本に約4,000万人いるといわれる高血圧の方は、自覚症状がないため治療を受けないことが多く、そのために脳卒中・心筋梗塞などを引き起こし、寝たきりの原因にもなっています。その高血圧を引き起こす主な要因としては、食塩の過剰摂取が挙げられており、日本人は世界的にも食塩摂取量が多く、塩リスクが高いと考えられています。「塩を減らそうプロジェクト」では、高血圧治療の基本である、「一に減塩、二に運動、三に薬物治療」をもとに、塩の摂取を減らすとともに、塩を体外に排出することで、体内減塩化を図ることの重要性を啓発していき、このような活動を通じて、日本の高血圧の方のクオリティ・オブ・ライフの向上を目指します。

## 「塩を減らそうプロジェクト」賛同メンバー

本プロジェクトには以下のメンバーが賛同しています。

- 顧問：
  - 代表顧問：
    - ◇ 福岡大学名誉教授、NPO 法人日本高血圧協会理事長 荒川規矩男 先生
  - 顧問：
    - ◇ 名古屋市立大学大学院医学研究科 心臓・腎高血圧内科学教授 木村玄次郎 先生
    - ◇ 国立循環器病研究センター 生活習慣病部門部門長、高血圧・腎臓科部長 河野雄平 先生
    - ◇ 愛媛大学大学院医学系研究科 病態情報内科学教授 檜垣實男 先生
    - ◇ 独立行政法人国立病院機構九州医療センター 高血圧内科医長 土橋卓也 先生
- 賛同団体・企業（五十音順）

社団法人日本ウオーキング協会、日本食育コミュニケーション協会、MSD 株式会社、オムロンヘルスケア株式会社、株式会社ファンデリー、株式会社ミツカン、焼津水産化学工業株式会社、ヤマキ株式会社
- 後援：NPO 法人日本高血圧協会、新潟県