



自然に健康になれる 食環境づくり推進事業

事業概要と令和7年度の実施について

宇都宮市保健所健康増進課

目次

01 事業概要

02 事業内容と令和7年度の実施について

1:食に関する情報発信事業

2:おうちごはん健康提供事業

3:自然に健康になれる食環境づくり協力店登録事業

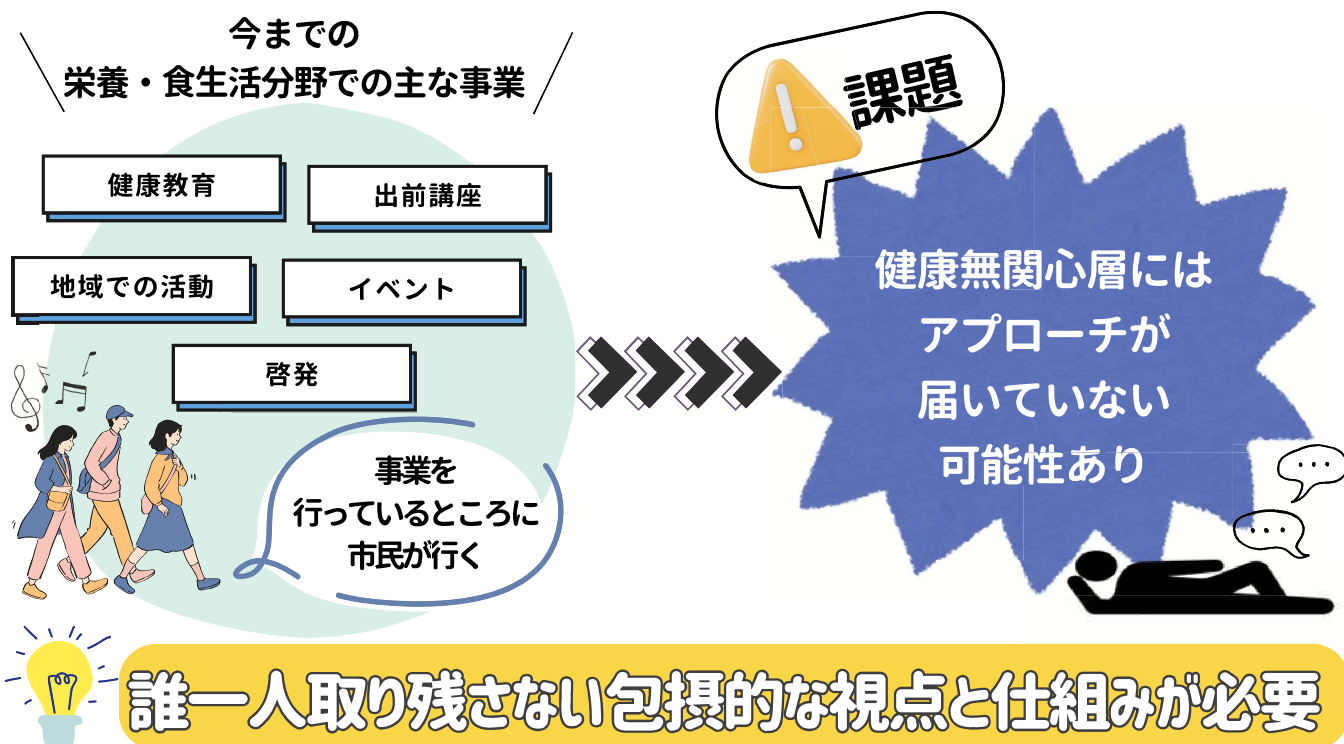
03 最後に

01 事業概要

「自然に健康になれる食環境づくりの推進」とは？

市民の更なる健康寿命の延伸に向けて、
健康の保持増進を図り、生活習慣病の発症予防につなげるために、
市の課題である **食塩摂取量の減少**や **野菜摂取量の増加**を
ねらいとした行動変容を促す仕掛けづくりを行うことにより、

健康関心度の程度に関わらず意識しなくても
健康情報に触れ、健康に配慮された食品を
選択できる環境を整備する



産 学 官

食 環 境 整 備

ないしょく

内 食



家庭内調理

なかしょく

中 食



持ち帰り弁当

がいしょく

外 食



飲食店/社員食堂

健康な食事を選択する行動の誘導 提供する食事を健康なものに変える
健康に配慮された食事を選択できる機会を増やす

毎日の生活の中(内食・中食・外食)にアプローチすることで
市民がわざわざ出向かなくても「自然に(無意識に)健康になれる食環境」を整備する

02 事業内容と令和7年度の実施について

自然に健康になれる
食環境づくりの
推進

01



食に関する情報発信事業

(情報へのアクセス)

02



おうちごはん健康提供事業

(食品へのアクセス)

03



自然に健康になれる食環境づくり
協力店登録事業

01

食に関する情報発信事業

(情報へのアクセス)



食に関する健康情報に触れる接点を増やすことで
市民の認知や意識の向上を図り、
健康に配慮された食事をする行動へつなげるため、
市民の生活の中で情報を介してアプローチする

令和7年度食に関する情報発信事業

1



啓発資材の掲示

野菜摂取促進を図るため、
スーパーマーケット・直売所・
飲食店等に啓発資材を掲示

ベジ
野菜増しレシピ ⇒



2



ベジ 野菜増しCMの放映

幅広い世代に向け、「野菜増し」の
フレーズが記憶に残るようなオリジナル
ソングを市内デジタルサイネージで放映



市内小中学校
宮っ子ランチの
指導教材としても使用



ベジ
野菜増しソング ⇒



令和7年度食に関する情報発信事業

3



高校生対象の「減塩・野菜増しチャレンジ」

若い頃からの食生活が将来の健康に影響することを学び、
食に関する正しい知識や健康的な食品を選択できる力を身につけられるよう、
作新学院高校・宇都宮短期大学附属高校の校内・コンビニ・食堂・
自動販売機等でポスターやPOPを使用し普及啓発を実施



02

おうちごはん健康提供事業

(食品へのアクセス)



健康無関心層を含めた市民へ健康に配慮された食事を
選択できる機会を増やすために「内食」「中食」に注目し、
減塩・野菜たっぷりメニューを選択できる
仕掛けづくりを実施

産学官
連携で

令和7年度おうちごはん健康提供事業取組

「減塩・^{ベジ}野菜増し」な商品開発及び販売促進の提案等

令和7年4月
栃木県応援フェア
にて再販

もりもりレストランプロジェクト 宇都宮大学×株式会社ヨークベニマル×宇都宮市



販売商品

たべジタブル! 8種スパイススープカレー

栃木県産
アスパラ使用



たべジタブル! 十六穀ごはんいろどりア

栃木県産
アスパラ使用

かんぴょうソース
トッピング



令和7年度おうちごはん健康提供事業取組

ベジモリ日和プロジェクト 宇都宮大学×宮島醤油株式会社×宇都宮市



消費者のライフスタイルの多様化に合わせ、携帯性に優れ、時短で簡単調理ができる賞味期限が長いレトルト食品を開発

販売商品

11種の野菜と2種のお豆が入った 贅沢野菜カレー



こだわりPOINT

- ・1食(160g)で約1/3日分の野菜が摂れる
- ・贅沢に11種類の野菜を使用
- ・お豆やえのきを入れて食物繊維も意識
- ・野菜のうま味・スパイスを活かし、食塩にも配慮(1食当たり食塩相当量1.5g)

野菜【11種】

にんじん 玉ねぎ かぼちゃ
大根 ごぼう セロリ
れんこん いんげん トマト
生姜 にんにく

お豆【2種】 大豆・赤いんげん豆

えのき
も入ってるよ

令和8年3月～ 市内スーパーマーケット等小売店で販売予定

是非お手にとってみてください

03

自然に健康になれる食環境づくり 協力店登録事業



減塩や野菜摂取促進にご協力いただける
食品関連事業者を登録し、
市民に広く周知する。

令和7年度健康になれる食環境づくり協力店登録事業

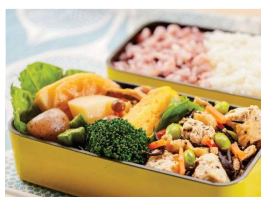
「減塩」や「野菜摂取促進」に協力いただける食品関連事業者等を登録

飲食店・食品販売店・食品製造事業者等
日頃から食品を扱うお店や企業

宇都宮市

【活動例】

- ・野菜販売促進のために
店舗への野菜増しPOPの掲示
- ・ヘルシー弁当の開発や販売
- ・健康に配慮した食事の提供
- ・提供する食事への
栄養成分表示の実施



申請

登録

審査後



登録証
の配布

研修会等の
案内

市HPでの
周知啓発

協力団体を募集しております
詳しくはこちら >>>>>>>>>



03 最後に

地域社会全体で
「自然に健康になれる食環境づくり」の取組を進めていきましょう



＼食育指導者の皆さま／

ご協力よろしくお願いします！

ご視聴ありがとうございました



問い合わせ：宇都宮市保健所 健康増進課 健康づくりグループ

TEL: 028-626-1126

EMAIL: u19070500@city.utsunomiya.tochigi.jp