

さっぽろ CSR インフォメーション掲載事業
実施内容（広報協力）

平成31年4月1日

事業名称	【中央区】減塩アイデア集「まいにち減塩！」
依頼内容	中央区食育ボランティア「食生活改善推進員」と中央保健センターの管理栄養士のアイデアでいつものおかずを まいにち ちょこっと減塩。 日めくりカレンダー式で、毎日1アイデア。繰り返し使っていただけます。 ぜひ「まいにち減塩！」の設置または配布にご協力ください。

○広報協力の依頼内容詳細

広報物の種類と サイズ・ページ	日めくり式 減塩アイデア集（幅9cm*高さ11cm*奥行8cm）
配架・掲出期間	特になし
募集条件	■中央区内または近隣の事業所または店舗等にて協力できること
選定の有無	■なし（募集条件に該当するすべての企業が参加可能）
申込方法	減塩アイデア集は郵送または中央保健センター2階 健康・子ども課にて配布しております。ご協力いただける場合は、下記担当者までご一報いただくか、入力フォームから必要事項を入力してください。
申込締切	特になし
その他留意事項等	

○連絡先

所管	中央区保健福祉部健康・子ども課健やか推進係 担当：奥村・小林		
電話	011-511-7223	E-Mail	ch.morisu@city.sapporo.jp

おいしく減塩！

かぼちゃやいもは
牛乳で煮る。
(塩はひとつまみ程度でOK!)



まいにち減塩!

野菜炒めの
しょうゆ、みそを
減らして、
牛乳をプラス。



まいにち減塩!

まいにち減塩!

食改さんと管理栄養士のアイデアで、
いつものおかずを

まいにち ちょこっと減塩。

日めくりタイプで、毎日1アイデア。

これが当たり前になったら、
あなたは減塩の達人(*^^*)

★食改さんとは、食のボランティア
食生活改善推進員の愛称です。

中央区食育マスコット
"モリス"



中央区保健福祉部健康・子ども課
中央区食生活改善推進員協議会

SAPP
90

中央区食育推進員協議会
2019年10月1日現在
24.2.23

調味料は
レシピより
少なめに入れ、
味をみてから足す。



まいにち減塩!

ポテトサラダは
マヨネーズと
ヨーグルトを半々に
する。



まいにち減塩!