

# ごはん屋 × キッコーマン × 健康しが」のコラボ企画

## 第一弾 減塩しょうゆお試しイベント

日時 令和6年9月10日(火)および9月19日(木)

11時30分から13時30分

場所 滋賀県庁 食堂

おいしい減塩しょうゆためしてみませんか？

キッコーマン「いつでも新鮮味わいリッチ減塩しょうゆ」をご使用いただき、アンケート回答のご協力をお願いします！  
スマートフォンでこちらのQRコードを読み取り、ご回答をお願いします。

アンケートにご協力いただいた皆様に、  
先着でキッコーマン商品をプレゼント！

いつものしょうゆを  
減塩しょうゆに変えてみた!!

「美味しい」「減塩だとわからない」の両方多い!  
82%

→さらにおいしく減塩生活ができる!

キッコーマン減塩しょうゆ おいしさのヒミツ

脱塩法 しょうゆ中の食塩分だけを電気透析で取り除く手法

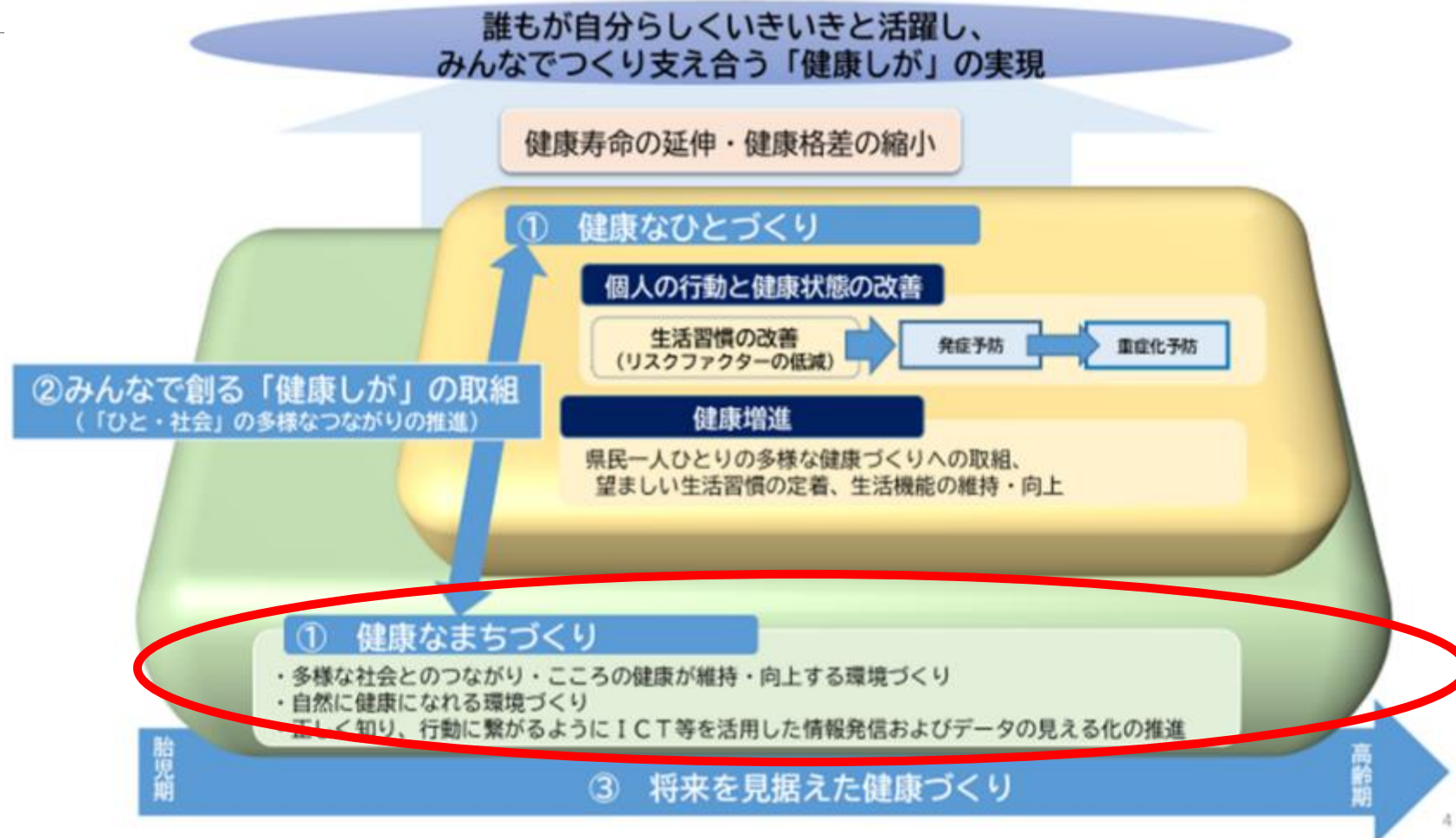
しょうゆ 減塩しょうゆ  
電だけ除く  
減塩しょうゆ  
減塩しょうゆ

● NaCl  
○ 旨み成分  
▽ 香り成分

しょうゆから食塩分だけを取り除くので、しょうゆの旨みや香りはそのまま。だからおいしい!

# 健康いきいき 2 | -健康しが推進プラン- (第3次) について

計画期間 令和6年度から令和11年度



<めざす姿>

誰もが自分らしく幸せを感じられる  
「健康しがの実現」

「誰もが」 ← 健康に関心が薄い人も  
健康に関心がある人も  
自分一人では行動に移し  
づらい人も



自然に健康になれる環境を整えることが大切

# 健康いきいき21-健康しが推進プラン- (第3次) 栄養・食生活の**主な**課題

- ・肥満 (40から69歳男性)
- ・やせ (15から19歳、20から39歳女性)
- ・野菜摂取量が少ない
- ・食塩摂取量が多い

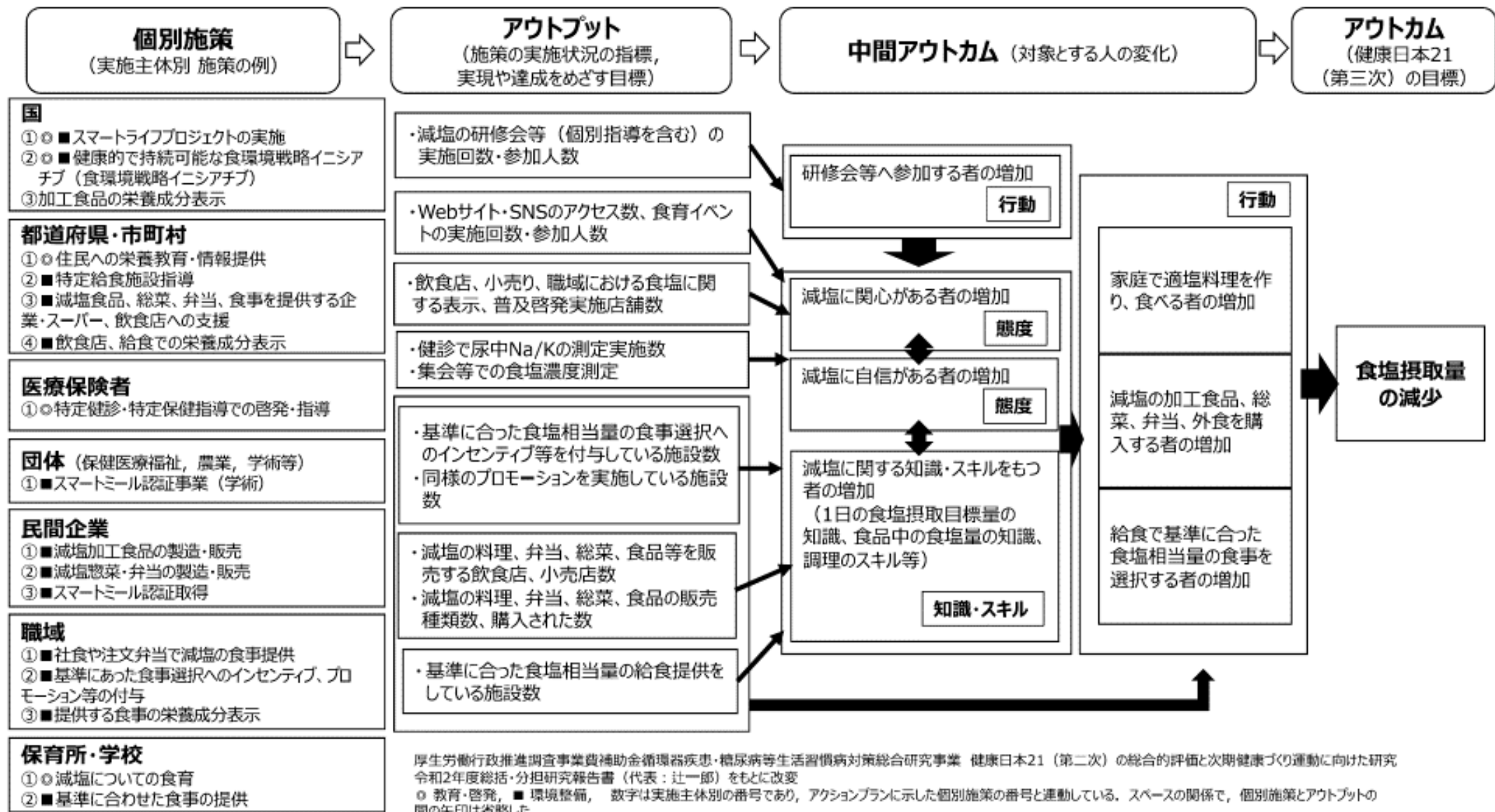
購入の場  
量販店

誰もが自然に健康になれる

環境を整えることで解決に近づく

飲食の場  
飲食店  
給食施設

# 食塩摂取量の減少：ロジックモデル



厚生労働行政推進調査事業費補助金循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業 健康日本21 (第二次) の総合的評価と次期健康づくり運動に向けた研究  
令和2年度総括・分担研究報告書 (代表: 辻一郎) をもとに改変  
○ 教育・啓発, ■ 環境整備, 数字は実施主体別の番号であり, アクションプランに示した個別施策の番号と連動している。スペースの関係で、個別施策とアウトプットの間の矢印は省略した。



## 食塩摂取量の減少：アクションプラン

介入のはしご	国	都道府県・市町村	医療保険者	団体	民間企業	職域	保育所・学校
レベル1 選択できなくする							
レベル2 選択を制限する	・法律の制定（例：学校給食法） ・学校給食摂取基準	②各主体の取組を推進する給食施設指導の実施				①社員食堂で提供するすべての食事を減塩にする ③味噌汁、麺の汁の減塩	②給食は、基準に基づいた食事にする
レベル3 逆インセンティブ							
レベル4 インセンティブによる選択の誘導		③健康な食事に補助（クーポン、ポイント）をつけ、他のメニューより安く選択できるようにする又は選択を誘導する				②健康な食事（減塩）に補助をつけ、他のメニューより安く選択できるようにする	
レベル5 デフォルトを変えることによる選択の誘導		③地域にある各主体の取組を推進する食環境事業（制度）を拡大する			①ある商品（かまぼこ、パン、めん等）全体を減塩にする ④②減塩食品、惣菜、弁当を減塩と表示しない	①基本の定食を減塩にする ①スマートミールの基準に合った定食、注文弁当を標準にする	
レベル6 環境を整えて健康な選択を誘導	①健康な食事を提供している地域や職域の表彰事業（スマートライフプロジェクト） ②食環境戦略イニシアチブによる減塩を目標にする企業等の登録事業 ③加工食品の栄養成分表示	③地域にある各主体の取組を推進する食環境事業（制度）を作る ④飲食店、給食での栄養成分表示		①スマートミール事業	①②減塩の加工食品、惣菜、弁当、外食を製造・販売する ③④減塩の商品のネーミングを魅力的、手に取りやすくして誘導 ③スマートミール認証取得	②減塩献立の提供 ②減塩献立のネーミングを魅力的にする、選択を誘導するようなメッセージ ③提供する食事の栄養成分表示	
レベル7 情報提供、教育	・食事摂取基準の策定 ・国民健康・栄養調査結果の情報提供 ・食や栄養に関するイベントやwebサイト等を用いた普及啓発 ・自治体への給食施設指導、アクションプラン作成研修	③健康な食事が選択できる店舗の情報をwebサイトやチラシで宣伝 ③飲食店、小売等を対象とした健康な食事提供に関する情報提供 ②保健所、給食関係者の研修会 ①地域住民を対象とした集団や個別の栄養教育や食や栄養に関するイベントの実施	④特定保健指導でNa/K比測定とそれに基づいた教育を実施する		・弁当・総菜部門の関係者への減塩の重要性に関する研修会	・食堂の入口のポスター等で健康な食事を目立たせる ・健康な食事の提供とともに、栄養に関する情報提供 ・職場の給食や注文弁当を管理する部署への教育	①減塩についての食育（味覚教育、素材を味わう、出汁を使った教育等） ①給食関係者への減塩の研修会 ①減塩レシピ集の作成
レベル8 モニタリング	・食塩摂取量や中間アウトカムのモニタリング ・登録事業者数のモニタリング	・食塩摂取量や中間アウトカムのモニタリング ・各主体の取組企業や団体数、減塩食品、惣菜、弁当等の販売数のモニタリング	・被保険者の健康状態（血圧）のモニタリング	登録企業数のモニタリング	自社の減塩商品種類数、販売数のモニタリング	給食や注文弁当の食塩提供量、職員の健康データのモニタリング	・給食の食塩相当量のモニタリング

アウトカム：食塩摂取量の減少、①～④の番号は、ロジックモデルの実施主体別の個別施策と連動している。

# キッコーマンと減塩

kikkoman

健康  
みんなで作ろう!  
しが

## 1965年～ 保健（減塩）しょうゆ発売

高度経済成長の中で高血圧症や循環器疾患の方が増え、東京大学医学部からの要請により1965年に「保健しょうゆ」を発売しました。

しょうゆのうま味や香りといった性質を極力損ねない脱塩方式を開発、1967年には「減塩しょうゆ」と改称し広く一般に使われるようになりました



## キッコーマン総合病院での 減塩メニュー

キッコーマン総合病院では、「日本で一番おいしい病院食」をめざしています。

2013年には病院監修のレシピ本が出版されました。



## 減塩しょうゆ 売上No.1 「味わいリッチ 減塩しょうゆ」

しょうゆのコクとうまみはそのままに、通常のしょうゆに比べて食塩分を40%カットしました。

お客様のご指示をいただき、今では減塩しょうゆ売上No.1！市販だけでなく、業務用ユーザー様にもご提案しています。

順位	商品名	全国シェア (%)
1	いつでも新鮮 しぼりたて生しょうゆ450ml	5.7
2	いつでも新鮮 味わいリッチ減塩しょうゆ450ml	3.8
3	キッコーマンこいくち しょうゆ450ml	2.2
9	いつでも新鮮 味わいリッチ減塩しょうゆ620ml	2.0
10	いつでも新鮮 しぼりたて生しょうゆ200ml	1.8

※減塩しょうゆの中で金額・容量シェアともに売上No.1  
(株)インテージ SCIより





# お取り組み経過

2024年2月7日 県庁様訪問

2024年5月31日 オンラインミーティング



福島県「ふくしま健康応援メニュー」 kikkoman

県民の健康づくりを応援するため、  
福島県食育応援企業と福島県が連携して考案

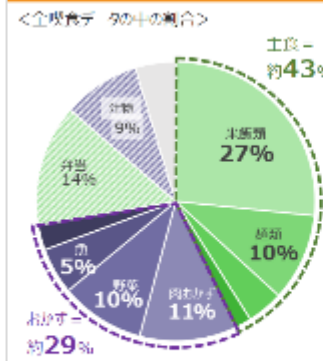


自然に健康になれる環境づくり  
たとえば  
給食施設(事業所)では

- ・毎日利用する
- ・同じ人が利用する
- ・「健康」を意識して毎日食べている  
…という人ばかりではない

- ◎だから 環境整備が有効! 例えば
- ・どれを選んでも栄養バランスが良いメニューとなっている
  - ・定番メニューがすでに「こっそり減塩」となっている
  - ・健康に配慮したメニューが選びやすい  
(価格が他よりも安い、早く提供できる、食堂内動線が良い)

社食ではどのようなメニューが食べられている?



上位メニュー			
メニュー	消費数	メニュー	
白米	240.9	そば(冷)	35.4
ドーナツ	29.9	その他(冷)(菓)	34.4
牛丼	29.0	高山ラーメン	20.7
この他(冷)	27.7	豚骨ラーメン	16.5
かつ丼、かつ煮	22.9	そば(冷)	11.1
チキンカレー	22.3	きんぴら	9.8
この他(肉類)	19.4	がけうどん	8.7
親子丼	17.2	その他(ラーメン)	8.1
豚丼	16.3	この他(冷)(冷)	6.8
豚骨ラーメン	14.6	揚げラーメン	6.8

上位メニュー(おかず系)			
メニュー	消費数	メニュー	消費数
魚の唐揚げ	24.4	焼き魚	32.7
とんかつ、はかばか	22.0	焼肉(焼肉)	17.7
豚肉(煮込み)	21.8	焼魚	16.8
チキンカツ	16.1	魚のムニエル	11.7
ハンバーグ(煮)	12.5	鶏合の揚げ物	9.9

消費数が多い主食メニューは、丼・麺・カレーがメイン(白米を除けば)  
メインのおかずは定番の肉・魚おかずが多い。  
上記のような消費数が多いメニューをベースとした低塩化施策が有効では



# お取り組み経過



kikkoman

健康  
みんなでつくろう!  
しが

2024年6月 食堂事業者様も交えて打ち合わせ

オンライン打ち合わせを経て、  
まずは県庁食堂様での取り組み内容をご相談。



2024年7~8月具体的お取り組み内容ご相談



「味わいリッチ減塩しょうゆ」を使用した減塩手法をご紹介しながら、

- ・アンケートイベント
- ・食堂メニュー化 …をご相談



## 9月お取り組みイメージ (案)

kikkoman

### 見える企画

卓上しょうゆを「味わいリッチ減塩」に変更、  
県庁食堂ご使用の皆様へアンケート実施  
→その後のお取り組みに活用させて頂きたい

#### おいしい減塩しょうゆのご提案



「いつものしょうゆは「減塩しょうゆ」に比べて、  
健康に、おいしく減塩していませんか？」

いつものしょうゆを、  
減塩しょうゆに変えてみた日

「減塩しにくい」「減塩だとわからない」  
減塩しょうゆ

82%

→さらにおいしく減塩が実現できる!

キッコーマン減塩しょうゆ おいしさのヒミツ

### こっそり企画

ごはん屋さんのメニューに、「味わいリッチ減塩」  
を使用していたく(公表はしない)  
後々、「実は減塩してました」と公表できないか





# 9月試食+アンケートイベント

9月10日、18日  
食堂で減塩しょうゆの  
ご試食+アンケートイベントを実施。  
100名様にご協力いただきました。

今回のアンケート結果を、  
今後の県内事業者様へ  
ご提案に活用させていただきます



# 自然に健康になれる環境づくり

🍷 「ごはん屋 × キッコーマン × 健康しが」のコラボ企画

## 減塩しょうゆお試しいベントを実施します！

9/19（木）11時30分～13時30分に下記のとおり実施します。

食堂メニューをお買い上げの方には、先着で「減塩しょうゆの試食（数量限定）」を  
していただけます！

さらに！！アンケートにご協力いただいた方には、先着で「キッコーマンオリジナルのプレゼント（数量限定）」もありますので、

ぜひ県庁食堂までお越しください。

※この企画は、『滋賀県職員版 スマート・ライフ・プロジェクト』の活動の1つとして実施しています。

県民の食塩摂取量の減少に向けた取組を行いたいという希望に、キッコーマン食品様から具体的な提案をいただく。まず県庁食堂で取組行い、食堂事業者（ごはん屋）と県総務事務・厚生課と打ち合わせを重ね、**見せるイベント**から始める。

おいしい減塩しょうゆためしてみませんか？

キッコーマン「いつでも新鮮味わいリッチ減塩しょうゆ」をご使用いただき、アンケート回答のご協力をお願いします！  
スマートフォンでこちらのQRコードを読み取り、ご回答をお願いします。

アンケートにご協力いただいた皆様へ、  
先着でキッコーマン商品をプレゼント！

いつものしょうゆを  
減塩しょうゆに変えてみた!!

「美味しい」「減塩だとわからない」の声多数！

82%

→さらにおいしく減塩生活ができる!

キッコーマン減塩しょうゆ おいしさのヒミツ

脱塩法 しょうゆ中の食塩分だけを電気透析で取り除く手法

しょうゆ → 脱塩しょうゆ

電気透析による 食塩分を除去

NaCl 旨み成分 香り成分

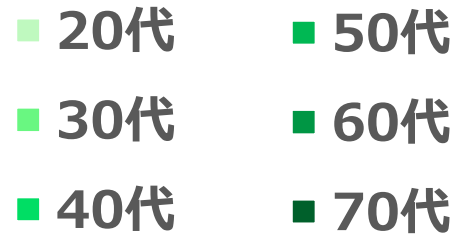
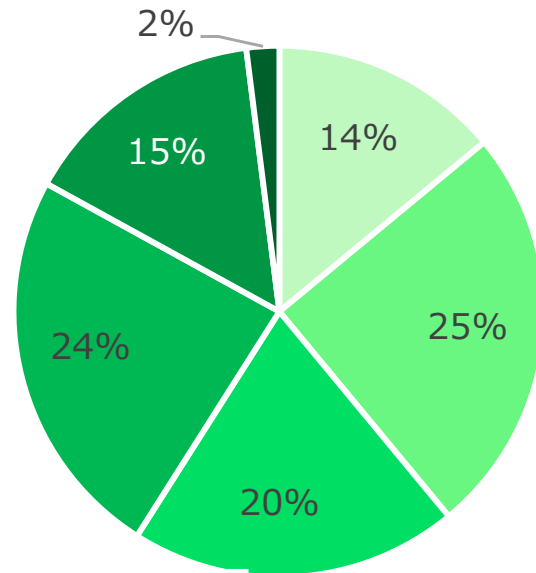
しょうゆから食塩分だけを取り除くので、しょうゆの旨みや香りはそのまま。だからおいしい!

# アンケート結果

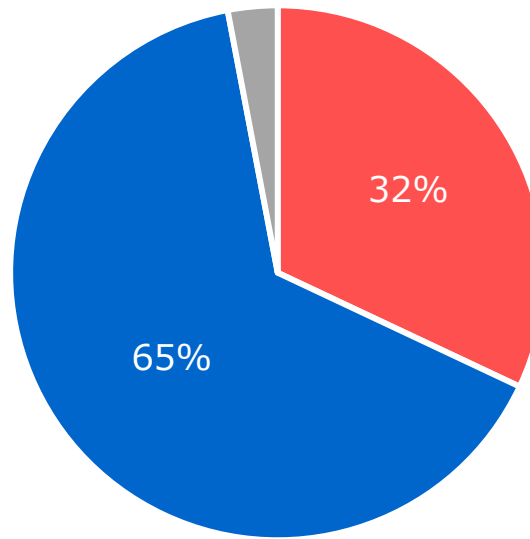
## 実施概要

- ◆9月10日、19日の2日間実施
- ◆「味わいリッチ減塩しょうゆ」を冷奴でご試食いただき、アンケート実施
- ◆回答者数 2日間合計100名様

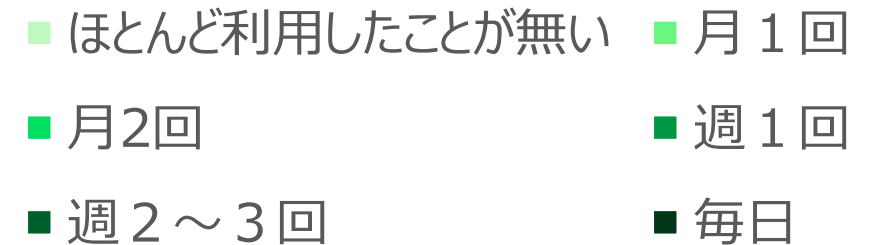
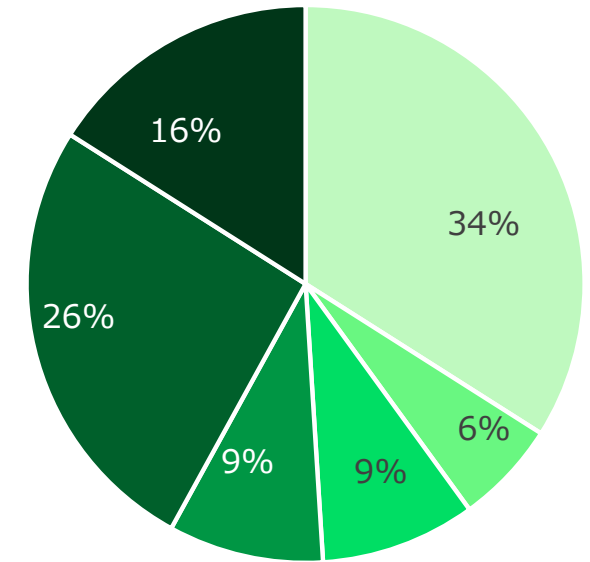
### 年代



### 性別



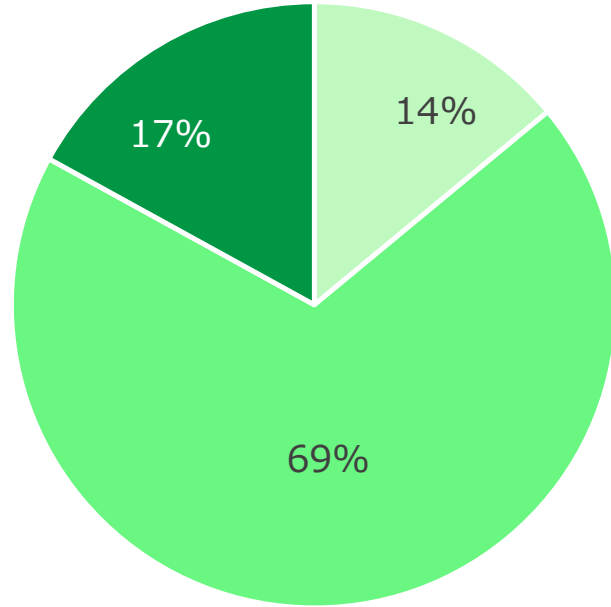
### 食堂の利用頻度





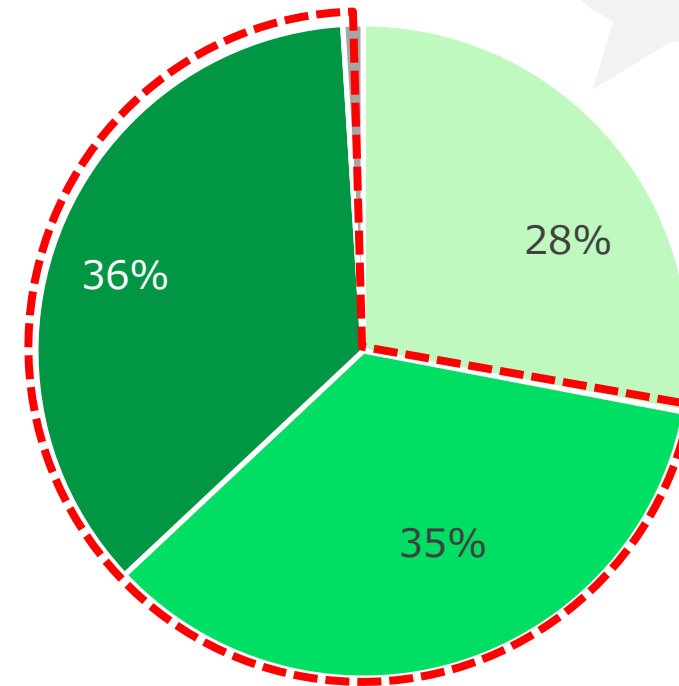
# アンケート結果

## 塩分摂取基準の認知



- 知らない
- 目安量がある事は知っているが、何グラムか知らない
- 目安量が何グラムか知っている

## 減塩の意識



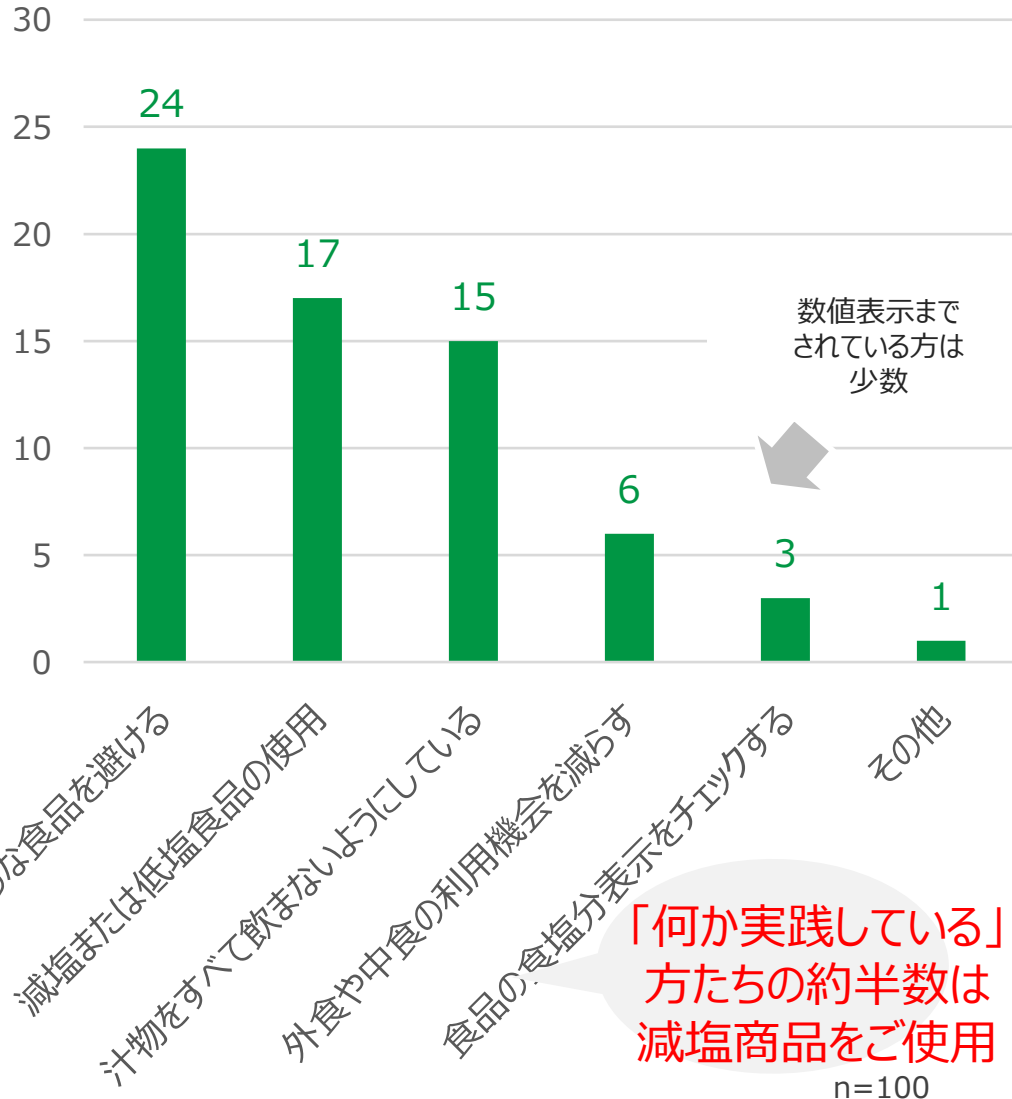
約7割の方が意識はされている

- 意識していない、何も実践していない
- 意識しているが何も実践できていない
- 意識しており、すでに何か実践している
- その他

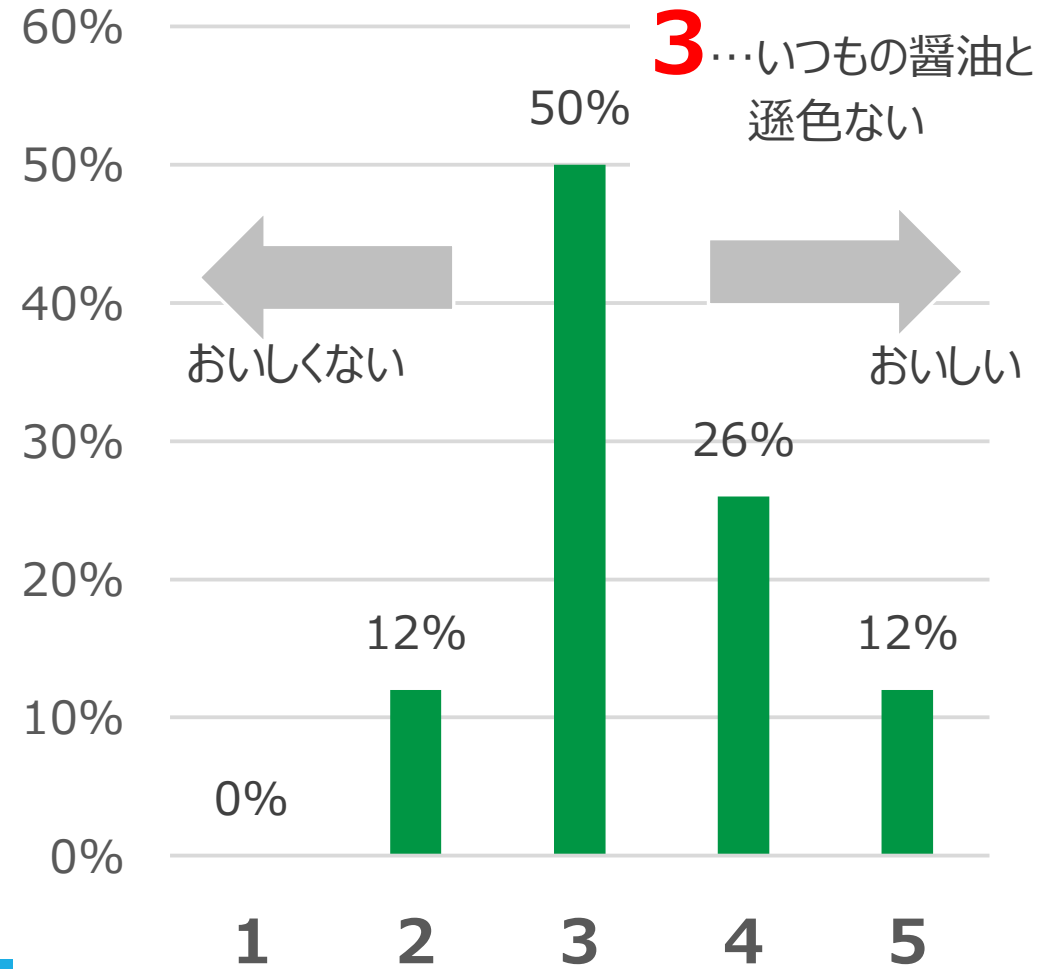
# アンケート結果

「通常の醤油と遜色ない」以上のご評価、  
合計88%いただきました！

## 減塩に関して実践している事



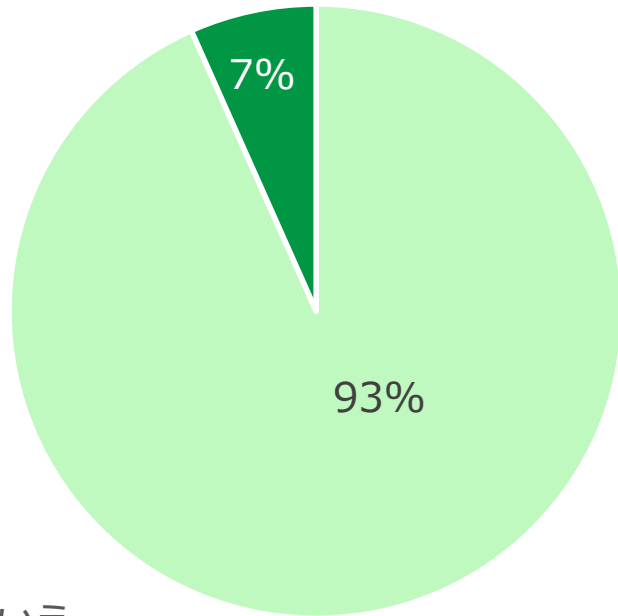
## 「味わいリッチ減塩しょうゆ」味の評価



# アンケート結果

…アンケート2回目回答者の方のみに、追加でアンケートをお願いしました。

## 塩分に配慮されたメニューがあったら食べてみたいか



■ はい ■ いいえ

県庁食堂事業者様に、企画メニューとして  
味わいリッチ減塩しょうゆを使用したメニューをご提案中です  
→さらに県内事業者様へのご提案に繋げる

## 食塩分に配慮されたメニューを食べてみたい理由

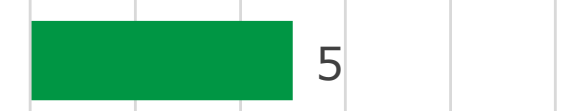
人間ドッグなどで指導を受けている  
ほどではないが、何となく気になるから



その他の食事（朝食、夕食）で  
コントロールしづらいから



むくみなど、美容面への  
影響が気になっているから



人間ドッグや健康診断で  
指導を受けているから



0 2 4 6 8 10  
n=15