

「減らソルト」 レシピをクックパッドで公開

おいしく減塩!



志木市 志木市栄養士連絡会
プロジェクト

市では、健康寿命日本一のまちづくりをめざして、減塩をキーワードに「おいしく減塩!『減らソルト』プロジェクト」に取り組んでいます。

このプロジェクトの一環として志木市栄養士連絡会で作成している「減らソルト」レシピを、5月19日よりクックパッドで公開しました。今後も新たなレシピを順次掲載していきます。

1 目的

志木市では、国や県に比べて血圧の基準値を上回る人の割合が高い状況にあるため、平成29年度から減塩をキーワードにした「おいしく減塩!『減らソルト』プロジェクト」に取り組んでいます。プロジェクトの一環として市内で実施する料理講座（おいしく減塩!「減らソルト」教室、出前健康講座等）やイベントで配布している「減らソルト」レシピを広く周知し、健康づくりに役立ててもらうために公開しました。

2 公開場所

クックパッド内
「志木市(埼玉県)のキッチン」

3 レシピ作成者

志木市栄養士連絡会

志木市栄養士連絡会は、市職員として勤務する栄養士の連絡会です。

食習慣の改善及び健康増進に必要な栄養管理に関する事業を、円滑に全庁的に展開するために平成23年に発足しました。学校教育課、保育課、健康増進センター、健康政策課等の管理栄養士が連携を図っています。



4 公開レシピ

現在、志木市栄養士連絡会おすすめのレシピとして、鮭のチーズクリーム煮、油揚げのさっぱりサラダ、ひじきマリネなど、おいしく減塩できる18件のレシピを公開しています。ぜひ、お試しください。



記者発表資料
令和2年6月2日
子ども・健康部健康政策課
健康政策グループ
担当者/主任 小林 麻有
電話番号/048-473-1111
内線2477
志木市