



いきいきiwaki食育・健康応援店 登録飲食店募集中

いきいきiwaki食育・健康応援店とは

対象：食堂・喫茶店・スーパー・給食施設など、外食や中食を提供する飲食店等

登録の条件

必須条件+3項目のうちいずれか一つに該当すれば、登録できます。ぜひ条件をチェックしてみてください！

必須条件

栄養・健康情報の提供に協力できる
(市からのお知らせ等を店頭に置くなど)

下記3項目のうちいずれか一つに該当

メニューへの栄養成分表示ができる

エネルギー(kcal)・食塩相当量(g)は必須！

健康に配慮したメニューの提供ができる

- 控えめメニュー
- たっぷりメニュー など

健康にやさしいオーダーができる

- ご飯を減らせる
- 付け合わせの野菜がおかわりできる など

登録された飲食店・施設等には『登録証』『ステッカー』
を交付するとともに、市公式ホームページにも掲載します！



ホームページ→
QRコード



いきいきiwaki食育・健康応援店の認定基準

必須条件

情報発信

市が提供する栄養情報や健康情報その他の情報（印刷物等）を配布もしくは掲示し、情報等の発信の拠点として協力できる。

下記3項目のうちいずれか一つに該当

栄養成分の表示

エネルギー・食塩相当量を表示

※たんぱく質・脂質・炭水化物はできるだけ栄養成分表示をする。

1	定食・ランチ類	1人1食分の セットメニュー	2種類以上
2	丼物や麺類	単品の食事メニュー	2種類以上
3	一品料理（主菜、副菜の単品、惣菜、パン等）	1人1食分に相当する分量がない 単品料理	5種類以上

※飲食店等が提供する献立の品目数が限られている場合は、この限りではない。

健康に配慮した メニューの提供

控えめメニュー・たっぷりメニュー等の 提供ができる

カロリー控えめメニュー	定食		総エネルギー量が600kcal未満
脂質控えめメニュー	定食		脂質20g以下
塩分控えめメニュー	定食		塩分3g未満
カルシウムたっぷりメニュー	定食	単品	カルシウム200mg以上
鉄分たっぷりメニュー	定食	単品	鉄分2.5mg以上
野菜たっぷりメニュー	定食	単品	野菜の使用料が120g以上 （芋類は除き、海藻・きのこ類は含む）

健康に優しいオーダー の提供

利用される方へのやさしい配慮に 取り組んでいる

- ・ご飯、麺類の量を少なくすることができる
- ・ノンオイルドレッシング等を選択できる
- ・減塩しょうゆやポン酢等を使用できる
- ・定食のみそ汁や漬物は選択できる
- ・高齢者が食べやすいように工夫ができる
- ・その他

- ・半量メニューがある
- ・マヨネーズやタルタルソース等はかけずに別添えする
- ・ソースやケチャップ等はかけずに別添えする
- ・付け合わせの野菜のおかわりができる
- ・バリアフリーに取り組んでいる

お問い合わせ・お申込み

いわき市健康づくり推進課 健康政策係

電話 22-7442

FAX 22-7570