

令和5年度 食の健康チャレンジプロジェクト
「自然に健康になれる食卓づくり」 実施状況

1 目的

野菜摂取量向上のための健康に配慮した食事を支えるメニューを、記念日にちなんだ食材セットとして販売する。直接家庭へ届けることで健康無関心層を含めた県民が自然に健康になる食環境づくり（仕掛け）の支援を図る。

2 関連機関

マックスバリュ東海株式会社、マックスバリュ清須春日店、名古屋文理大学、名古屋文理大学短期大学部、清須市、清須市食生活改善推進協議会、愛知県清須保健所

3 内容

(1) 実施場所

マックスバリュ清須春日店

(2) 実施（販売）期間

令和5年9月21日（木）～9月27日（水）

(3) 健康啓発を伴わない宣伝キーワード

「主婦休みの日」：（株）サンケイリビング新聞社が提唱。家事を主に担当する「主婦」が気兼ねなく休む日。

(4) 販売商品について（表1）

「主婦休みの日」のコンセプトにあわせ、献立を考える煩わしさを助ける料理4品を考案した。4品それぞれの料理に関する食材を1セットとし、料理のレシピ及び評価のためのアンケートを袋に入れ販売した。また、野菜を70g/人以上摂取できる料理とした。今年度はこの4品に加えて、過去2年間で最も評判の良かった1品をリバイバルした。

表1 各年度の料理名と本体価格

令和3年度		令和4年度	
料理名	本体価格	料理名	本体価格
ツナとトマトの炊き込みごはん	228円	ポテトチップスサラダ	386円
さば味噌とトマトの炊き込みごはん	258円	にんじんのリボンサラダ	324円
かぼちゃのピーナッツあえ	188円	チーズとベーコンのピーマンカップ	350円
カラフル手巻きサラダ	480円	キャベツとチキンのレンジ蒸し	286円
令和5年度			
料理名	本体価格		
しめじと鮭のスープがけご飯	458円		
焼き鳥缶の野菜蒸し	298円		
野菜ましましクラムチャウダー	198円		
もやしとツナの塩昆布あえ	198円		
かぼちゃのピーナッツあえ	198円		

(5) 関係機関役割

マックスバリュ東海（株）及びマックスバリュ清須春日店の協力の元、名古屋文理大学・後藤ゼミ生が記念日選定、料理提案、レシピ、POP、PR動画等の啓発資料作成を担当し、清須市、清須市食生活改善推進協議会、清須保健所が学生提案の料理の監修を行った。

(6) 評価方法

アンケートによる評価とした。（別紙参照）

なお、アンケートの項目は、比較検討できるよう過去のものと同様とした。

(7) 販売数・アンケート回収率

実施年度	販売計画数	販売数	アンケート回収率
令和5年度	270セット	246セット（91.1%）	44.7%（110枚/販売数246）

(8) 事業経過について

日程	内容
3月22日	キックオフミーティング（Web 併用）
6月30日	第1回レシピ打ち合わせ
7月18日	第2回レシピ打ち合わせ
8月23日	第3回レシピ打ち合わせ
9月7日	現地打ち合わせ
9月21日～27日	食材セット販売
9月21日～10月4日	アンケート実施
12月15日	報告会（Web 併用）

(9) 啓発資料、写真
（店舗写真）



〈同封レシピ例 表/裏〉

体も心もほっかほっか！
しめじと鮭のスープがけご飯

材料(2人分)

ご飯	2杯 (240g)
わかめスープの素	28g
軟菜	320ml
鮭フレーク	20g
しめじ	100g (1袋)

作り方～簡単3ステップ

- 1 ほぐす
・しめじは根元をとってほぐす。
- 2 加熱する
・①も電子レンジ600Wで5分加熱。
- 3 盛り付ける
・丼にご飯をよそい、わかめスープの素を入れ、熱湯を注いで軽く混ぜ、鮭フレーク、②のしめじのせたら完成。

栄養成分表(1人分)

エネルギー	1,000kcal
たんぱく質	21.0g
脂質	11.0g
糖質	17.0g
食塩相当量	1.7g

ご購入ありがとうございます！

マックスバリュ東海
名古屋文理大学(後藤ゼミ) ×
清須市食生活改善推進協議会
愛知県清須保健所

主婦休みの日
サンケイリビング新聞社

お問い合わせ先 名古屋文理大学 健康生活学部 健康増進学科 後藤ゼミ 〒462-0520 名古屋清須駅前345 TEL 0567-23-2400