

令和 7 年度__坂井市における「味覚改造計画」

- 5月24日(土曜日)に元 NHK「ためしてガッテン」ディレクターである北折一氏を講師として招き、「へるしお(減塩)講演会」を開催しました！日常に取り入れやすい減塩の工夫を、笑いを交えながら紹介してくれました。



- 6月～12月にかけて「へるしお教室」を実施しました。



- 集団健診会場等で「ベジあっぷ&へるしおレシピ」の紹介や試食を行いました。
- 保育園のおやつで「ベジあっぷ&へるしおメニュー」を取り入れました。
- 10月13日(月曜日・祝日)開催の「健康食育フェスタ」で「へるしお体験」を実施しました。



My だしパックづくり de へるしお

- 11月9日(日曜日)開催の「かぞくデイ 2025」で「子どもと一緒に！へるしお体験」を実施しました。大人対象に適正塩分濃度(0.8%)のみそ汁試飲、子ども対象にだしパックづくりを行いました。

みそ汁チェック



【試飲後のアンケート結果(人)】約6割が普段から「濃い」味のみそ汁を飲んでいる！？

	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上	合計
いつもより薄く感じた	4	62	28	4	9	3	110
いつもの味と同じくらい	1	28	13	2	10	2	56
いつもより濃く感じた	3	7	11	2	0	2	25
合計	8	97	52	8	19	7	191