

岡崎市健康サポート施設 登録申請の流れ (健康気配りメニューの場合)

STEP1. 申請書をダウンロード

- ①登録区分別申請書
- ②健康気配りメニュー区分書
- ③使用材料

をダウンロードまたは印刷する
(すべてホームページからダウンロードできます)

STEP2. 各申請書に記入する

◆ 登録区分別申請書

1. 登録区分別申請書の☐健康気配りメニュー提供施設 にチェックする
2. メニューの種類で該当項目にチェックする(※複数も可能です)
3. 施設種類の該当項目にチェックする

登録区分*	☐ 健康づくり情報提供施設
	⇒ ☐ メール配信 ☐ 紙面希望
登録区分*	☒ 健康気配りメニュー提供施設
	⇒ ☐ ベジファースト ☐ 野菜たっぷりメニュー ☐ 栄養成分表示 ☐ バランス良好メニュー ☐ 塩分ひかえめメニュー
施設種類*	☐ 飲食店 ☐ 宿泊施設 ☐ 店舗・娯楽施設 ☐ 金融機関
	☐ 公共交通機関 ☐ 文化・運動施設 ☐ 企業・事務所
	☐ 保健医療・福祉施設 ☐ 教育機関 ☐ 官公庁 ☐ その他

◆気配りメニュー区分書

1. 赤枠内の該当欄にチェック、記入をする

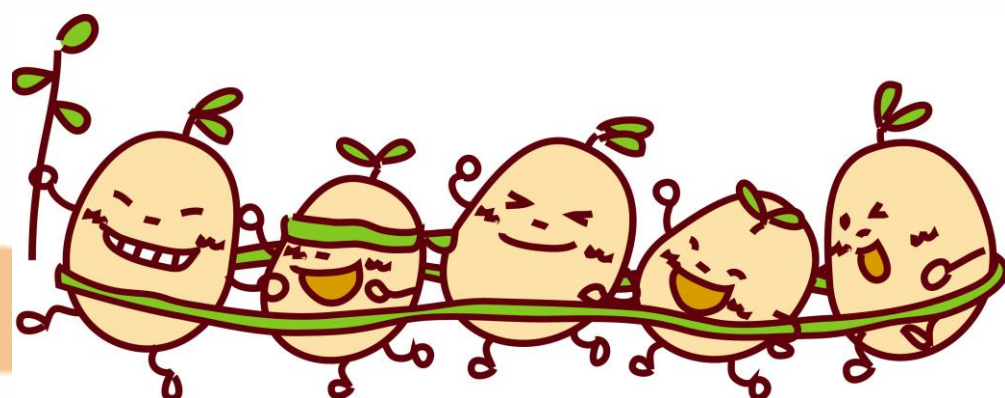
太枠内を御記入下さい

メニュー区分	登録要件	主なメニュー名	備考
☐ ベジファースト	1品目に必ずサラダや煮物などの野菜料理 ^{※1} が提供できる		
☐	定食等1食当たり、野菜量 ^{※1} がおおむね120g以上のメニューを提供できる		野菜量 (g)
☐ 野菜たっぷりメニュー	小鉢等一品料理のうち野菜量 ^{※1} がおおむね70g以上のメニューを提供できる		野菜量 (g)
☐	セルフサービス(ビュッフェ等)で野菜量 ^{※1} がおおむね70g以上、提供できる(野菜量がおおむね70gの見本を設置すること)		
☐ 栄養成分表示	1品以上のメニューに、エネルギーと食塩相当量の栄養成分の表示ができる		自店で算定 市に算定を依頼^{※2}
☐ バランス良好メニュー	エネルギー800kcal以下で、主食、主菜、副菜がそろったメニューが提供でき、エネルギーと食塩相当量の栄養成分の表示ができる		自店で算定 市に算定を依頼^{※2}
☐ 塩分ひかえめメニュー	1食当たりの食塩相当量が3g以下のメニューが提供でき、エネルギーと食塩相当量の栄養成分の表示ができる		自店で算定 市に算定を依頼^{※2}

※1 野菜料理、野菜量は、「日本食品標準成分表」に記載されている「野菜類」に加え、栄養成分が野菜類に近似している「きのこ類」及び「海藻類」を合計したものとす。

※2 栄養成分の算定を依頼する場合は「使用材料表(別紙2)」を添付すること。

該当するものを○で囲む



◆ 使用材料表(※栄養成分の算定を市に依頼する場合のみ)

1. 料理の種類、食材、調味料を記入する

料理名 (人分)	材料名	分量	備考	料理名 (人分)	材料名	分量	備考
麦ご飯 (1人分)	胚芽精米	50 g		フルーツ (1人分)	オレンジ	40 g	皮を剥き み(ヘタ)
	大麦	5 g			苺	15 g	皮を剥き み(ヘタ)
焼き魚 (1人分)	生鮭	70g		【お願い】 - 正確な栄養価を算定するため、できるかぎり分量は、g、ml、大さじ・小さじ等で記入してください。 *「g」ではなく、「個数」を記入する場合、大きさにバラつきがある食品は S・M・L 等サイズの記入をお願いいたします。 - 乾燥した食材を使用する場合、乾燥重量が水で戻した重量かを備考にご記入ください。 - 肉は部位（バラ・ロース・もも等）の記入をお願いします。 - 汁物等に使う水は記入の必要はありませんが、パスタ等をゆでる場合など塩水を使用する場合は記入してください。 - 下処理として肉をゆでこぼす場合や網焼き等、脂肪が落ちる調理法を用いる場合は備考欄に記入してください。 - 不明な点について保健所より確認させていただくことがありますのでご了承ください。			
	塩	0.5 g					
	レモン	15 g	皮を剥き み(ヘタ)				
煮物 (10人分)	じゃがいも	4個	Mサイズ				
	鶏もも肉	250 g	皮なし				
	にんじん	200g					
	大根	300g	皮つき				
	ゆで筍	200g					
	こんにゃく	250g					
	干し椎茸	40g	乾燥				
	出し汁	1L	昆布				
	しょうゆ	50 ml	濃口				
	本みりん	50 ml					
	砂糖	大さじ 5					
	塩	小さじ 1/2					
	絹さや	20 枚					

※記載例の【お願い】を必ず確認してください

STEP3. 申請書を提出

提出方法は郵送・FAX・窓口を持参となっております。登録内容を確認させていただいたら、登録証・ステッカーをお届けします。見えるところに貼ってください。健康気配りメニューと分かるようにポップやメニュー表にも表示してください。

提出先：〒444-8545 岡崎市若宮町2丁目1番地1

FAX：0564-23-5041

岡崎市保健所保健政策課 保健政策係