

山形県山形市の「スクスク（SUKSK）減塩レシピ」を開発（山形市委託事業）し、市役所食堂等で提供 ～料理教室のノウハウを活かしたレシピを市民に届け、減塩の実践を促進～

日本及びアジアに料理教室を展開する株式会社ABC Cooking Studio（本社：東京都千代田区丸の内、代表取締役CEO：横井 啓之、以下ABC）は、山形県山形市の委託により「スクスク（SUKSK）減塩メニュー」を開発しました。2019年11月17日（日）に、お披露目会を開催、11月18日（月）より市役所食堂（山形市役所地下1階）での提供が開始しました。



開発した「スクスク（SUKSK）減塩メニュー」

山形市では、健康医療推進都市の実現に向け、「食事（S）、運動（U）、休養（K）、社会（S）、禁煙（K）」により、健康寿命の延伸を図る「スクスク（SUKSK）生活」の定着を促進しています。県全体で、高血圧患者数全国ワースト1位になっており^I、また、塩分摂りすぎの実態が確認されていることなどから^{II}、SUKSK生活推進事業の一環として「減塩」に取り組んでいます。今回、より多くの市民に「減塩」を実践してもらえるよう、“子供から大人まで幅広い年代の方に喜んでもらえる、彩がよくおいしい減塩メニューを作りたい”というメニュー開発の想いを、ABCが実現しました。ABCには、世界約141万人の生徒さまに“作りたい”と思ってもらえるレシピを開発してきたノウハウがあります。これを活かし、1食あたりの塩分を2.0gに抑え、低カロリーで栄養バランスもよく、また、山形市産の農産物を取り入れた「スクスク（SUKSK）減塩メニュー」を開発しました。

ABCが開発した「スクスク（SUKSK）減塩メニュー」の詳細

白身魚のアクアパッツァ	脂質の少ない鱈を使ったアクアパッツァ。魚介類の旨味成分を活かして、塩分を減らします。
焼き大根サラダ	水菜やトマトなどの山形市産の農産物をふんだんに使ったサラダ。ドレッシングには、アクセントのある粒マスタードを使うことで、減塩を叶えました。
苺とセロリのマリネ	減塩のために、アクセントのあるレモンの果汁を使って、味にメリハリを付けました。

※提供時期により、使用食材が異なる場合があります。

【「スクスク（SUKSK）減塩メニュー」提供概要】

- ・提供期間：2019年11月18日（月）～2020年3月19日（木）
- ※毎月17日の「減塩の日」に合わせて提供予定です。詳しい日程は、山形市ホームページよりご確認ください。
- ・提供場所：市役所食堂（山形市役所地下1階）
- ・山形市ホームページ：

<https://www.city.yamagata-yamagata.lg.jp/shimin/sub8/kenkozukuri/6a78bpd1108102622.html>

^I 厚生労働省「平成21年地域保健器量基礎統計」、<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/chiiki-gyousei_03_07.pdf>2019/12/27アクセス

^{II} 山形県「平成28年山形県県民栄養調査」、<<https://www.pref.yamagata.jp/ou/kenkofukushi/090015/eiyou/H28chousa/03.pdf>>2019/12/27アクセス

また、山形市内の飲食店の「旬彩四季 ひろぜん」で提供する減塩メニューの監修も行いました。飲食店さまが開発されたメニューのよさを活かしながら、より健康的なメニューになるよう、カロリーや栄養バランス、塩分量などアドバイスをいたしました。



<メニュー詳細>

- ・けんちん大根と秋鮭の博多焼 錦あんかけ
- ・紅大豆と青菜のごはん
- ・根菜と木の子のお吸い物
- ・土佐和え
- ・柿の領岡寄せ

※提供時期により、使用食材が異なる場合があります。

【「旬彩四季 ひろぜん」スクスク (SUKSK) 減塩メニュー提供概要】

- ・提供期間：2019年11月23日（土）～2020年3月29日（日）の毎週土日祝日限定で提供
- ・提供場所：「旬彩四季 ひろぜん」山形県山形市城南町1丁目1番1号 霞城セントラル24階

11月17日（日）に、スクスク (SUKSK) 減塩メニューのお披露目を開催しました

11月17日（日）に、山形市のカフェ&ダイニング990にて、スクスク (SUKSK) 減塩メニューのお披露目を開催しました。山形市中心市街地関係者や食に関する市民団体の代表の方などが参加され、開発した「スクスク (SUKSK) 減塩メニュー」を試食されました。



<参加された方の感想>

- ・少ない塩分でも、だしやレモン汁などでしっかりした味付けになって、ごはんもすすみました。
- ・大変おいしかった。山形の平均摂取塩分が多いことを思うと、どれだけ味付けが濃いのかと思いました。
- ・2gの塩分でこれだけしっかりした味付けができるのですね。工夫が大事だと思いました。

ABC クッキングスタジオとは・・・

ABCクッキングスタジオは、国内に126スタジオ、海外に38スタジオを展開し、国内・海外会員約141万人を誇る世界最大級の料理教室。世界フリー通学を目指して、2010年12月より中国・香港・台湾・シンガポール・タイ・韓国・マレーシア・インドネシアの海外8ヶ国・地域に37店舗を展開し、東南アジア圏を中心にサービスを拡大中。「世界中に笑顔のあふれる食卓を」を企業理念に、「手作りの食」の大切さと楽しさを提案している。料理・パン・ケーキを学べる「ABC Cooking Studio」のほか、子どものための食のスクール「abc kids+」、食を通して健康的なライフスタイルをサポートする「HEALTH LABO」、55歳以上の大人にむけた「OTONA ABC Cooking Studio」など、幅広いブランドを展開中。

会社概要

- 会社名：株式会社ABC Cooking Studio (<http://www.abc-cooking.co.jp/>)
- 代表取締役CEO：横井 啓之 (よこい ひろゆき)
- 設立：1987年4月
- 資本金：1,000万円
- 従業員数：4,093名 (2019年10月現在)
- 本社所在地：〒100-0005 東京都千代田区丸の内三丁目1番1号
- 事業内容：ABCクッキングスタジオの全国展開・家庭用雑貨等のデザイン、販売

本レポートに関する問い合わせ先

株式会社ABC Cooking Studio 広報：笠井、大神田、加藤、安西

〒100-0005 東京都千代田区丸の内三丁目1番1号

Email：koho@abc-cooking.co.jp TEL：03-5220-2566 FAX：03-5220-2414