



**健康な食事・食環境の認証取得を希望する  
外食・中食事業者さまを大募集！！**

# スマートミール応援プロジェクト

～静岡県立大学が健康な食環境づくりをお手伝い！  
一緒に取組んでみませんか!?～

＜募集期限＞ 令和4年9月30日

**参加無料！**

ご希望の方は取引店舗へ  
ご相談ください

## プロジェクトの内容

### 静岡信用金庫



皆さまにプロジェクト参画の声掛けを行い、参加を募ります。

### 静岡県立大学



スマートミールの認証とその後の変更・更新手続きまで、併走支援を行います。

### 参画いただいた皆さま



スマートミールの普及のためアンケート等にご協力いただきます。

国民医療費が40兆円を超え、健康寿命の延伸は、経済政策の面からも大きな社会課題です。現在、日本人の食料消費（最終飲食費）の約8割は加工品と外食です。つまり、外食や中食で健康的な食事選択のできる商品を増やし、情報提供を積極的に行うことが社会にとって有効であり、**新型コロナ禍で健康志向が高まるなか、「おいしい健康食」には商機があります！**

## 「健康な食事・食環境」認証制度について ※スマートミールの基準は裏面をご覧ください

外食・中食・事業所給食で、継続的かつ健康的な空間（栄養情報の提供や受動喫煙防止等に取り組んでいる環境）でスマートミールを提供している店舗や事業所を認証する制度です。

- ◆認証基準要件：外食及び給食部門…必須7項目 オプション18項目  
中食部門 …必須6項目 オプション17項目

※必須項目を満たす場合には、☆（星1つ）の店舗として認証、オプション項目の数により☆が増加

※管理栄養士の資格を持つ静岡県立大学の教員が併走支援で協力します

- ◆スマートミールの提供：外食・中食部門では、メニューが1種類でもあれば該当
- ◆応募方法：応募は年に1回、毎年1月～2月 WEB申請
- ◆認証スケジュール：



※審査料5,000円/応募・更新時（中小・小規模企業者）が必要となりますが、次の理由等の場合、減免（0円）が可能です。  
「家族経営のため、売り上げは自分たちの生活費程度である」  
「コロナ禍により、売り上げが減った」

認証制度についての  
詳しい情報は  
こちらから



# スマートミールの基準

## スマートミールとは？

詳しい情報は[こちらから](#)



「スマートミール」  
ホームページ

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。  
つまり一食の中で、**主食・主菜・副菜**が揃い、**野菜**がたっぷり  
**食塩**のとり過ぎにも配慮した食事のことです。

### スマートミールの基準

**Smart Meal**  
スマートミール

#### 【ちゃんと】

**450 ～ 650kcal 未満**

☆ 栄養バランスを考えて「ちゃんと」  
食べたい女性や中高年男性の方向け

#### 【しっかり】

**650 ～ 850kcal**

☆ 栄養バランスを考えて「しっかり」  
食べたい男性や身体活動量の高い  
女性の方向け

|                            | ( 飯の場合 )        | ( 飯の場合 )        |
|----------------------------|-----------------|-----------------|
| <b>主食</b> 飯, パン, めん類       | 150 ～ 180 g(目安) | 170 ～ 220 g(目安) |
| <b>主菜</b> 魚, 肉, 卵, 大豆製品    | 60 ～ 120 g(目安)  | 90～150 g (目安)   |
| <b>副菜</b> 野菜, きのこと, 海藻, いも | 140g 以上         | 140g 以上         |
| <b>食塩相当量</b>               | 3.0g 未満         | 3.5g 未満         |

厚生労働省の「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」等に基づき基準を設定しています。

「健康な食事・食環境」認証制度ホームページより抜粋



認証を受けた外食・中食店舗・企業の多くは  
**認証のメリット**や**顧客の反応**を実感！



**認証のメリット**  
(メディア取材、従業員の意識向上など)

**81.6%**

**顧客からの反応**  
「思っていた以上に美味しい」  
「また食べたい」「健康的でよい」など

**63.3%**

店舗・企業の  
**イメージ向上**や  
**経営戦略の一助**と  
なることが期待されます！

※赤松、串田、他：栄養学雑誌（2021年）

**スマートミールの審査・認証は、以下の学会等で構成される  
「健康な食事・食環境」コンソーシアムが行っています。**

#### 【コンソーシアム参加団体】

|          |            |          |          |
|----------|------------|----------|----------|
| 日本栄養改善学会 | 日本給食経営管理学会 | 日本高血圧学会  | 日本糖尿病学会  |
| 日本肥満学会   | 日本公衆衛生学会   | 健康経営研究会  | 日本健康教育学会 |
| 日本腎臓学会   | 日本動脈硬化学会   | 日本補綴歯科学会 | 日本産業衛生学会 |
| 日本がん予防学会 |            |          |          |

問合せ先：静清信用金庫 経営相談部

電話：054-254-5536