

# 地域密着！「あらかわ満点メニュー」の開発

自治体

メニュー開発

飲食店

2006年に荒川区（東京都）からの依頼により始まった「あらかわ満点メニュー」の開発。これ以降、毎年事業の実施に関する協定を結び、協力して取り組んでいます。

「あらかわ満点メニュー」は、荒川区と区内の飲食店と女子栄養大学短期大学部が連携して、区民の皆さんの健康づくりを応援するため、安くて、おいしくて、ヘルシーをコンセプトに、お店独自の味を生かしながら考案しているものです。野菜を増やす、食塩を減らすなどの工夫を重ねて商品化されており、2019年度にも10月に新たなメニューが開発・販売されています。

## 【活動内容】

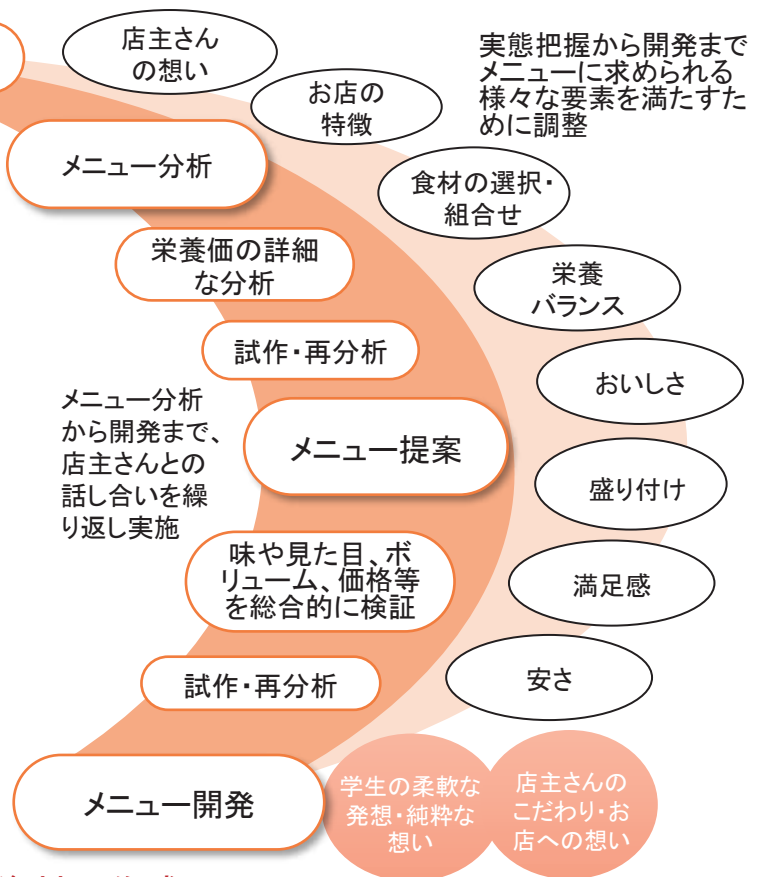
### ● 飲食店で提供される栄養バランスのとれたメニュー開発の協力

メニューの開発にあたっては、担当する学生が店舗に出向き、店主さんの想いや大切にしているお店の特徴をお聞きし、メニュー分析を行うことから始めます。それをもとに、おいしくヘルシーであることはもちろん、見た目や価格等、すべてが「満点」であるメニューを目指します。栄養価の詳細な分析や試作、店主さんとの話し合いを何度も繰り返し、信頼関係を育みながら、メニューを一緒に開発していきます。



(店主さんへのインタビュー)

(メニューの写真撮影)



### ● 栄養について手軽に学べる啓発資材の作成

お店で料理がテーブルに運ばれるまでの間に読むことのできるリーフレット「3分でわかる栄養学」を通して、栄養成分表示の見方など役立つ栄養情報を年6回提供しています。

## 荒川区が取り組む「あらかわ満点メニュー」

町の飲食店で、おいしく安く健康的なメニューが食べられたら・・・。

そんな思いで、荒川区の飲食店と大学と保健所と協同して開発がスタートした「あらかわ満点メニュー」。全国に先駆けた事業も今年度で14年目を迎え、今までに60万食超という販売実績からも分かるように、「地域密着型の食環境整備事業」に成長しました。満点メニューを食べられる町、食で健康を目指す町、そんな荒川区を訪ねてみませんか。



## 女子栄養大学短期大学部小澤啓子専任講師 (栄養指導研究室)からのメッセージ

専門的知識・スキルの提供はもちろんですが、学生ならではの柔軟な発想、バランス満点なメニューを開発したいという純粋な想いをもって、店主さんの心を動かせるメニュー提案ができるよう、ゼミの活動として取り組んでいます。

これからも、店主さんと学生との信頼関係を大切にしなが、メニュー開発、栄養情報の提供を通して、荒川区民の方々の健康増進に携わっていきたいと思います。