＼おいしー！やさしー！ヘルシー！／

うらそえ
健康づくり協力店

浦添市では、食を通して市民の健康づくりを推進するため、健康的な食事を提供するお店や健康サービスに取り組むお店を「うらそえ健康づくり協力店」として登録しています。

このステッカーが目印です

対象

市内で営業している
弁当・惣菜販売店、スーパーマーケット、コンビニエンスストア、事業所給食施設等

2つのコースがあります
（両方での登録も可能！）

ヘルシーメニュー

次の１つ以上を満たすメニューの提供

- **エネルギーひかえめ**
  1食650kcal程度
- **塩分ひかえめ**
  食塩相当量2.5g以下
- **野菜たっぷり**
  野菜120g(加熱後90g)以上
- **バランスメニュー**
  上記3つを満たし、主食・主菜・副菜が揃っている

ヘルシーサポート

次の2つ以上のサービスの提供

- **主食セレクト**
  主食の減量・玄米への変更等
- **減塩サポート**
  ソースの別添え等
- **野菜もりもり**
  野菜増量・単品メニューの販売等
- **おかずセレクト**
  バランス等に合わせたおかず選択
- **健康情報提供**
  県・市が提供するチラシの掲示等

登録までの流れ

STEP.1
申請

WEB申請
または
下記の申請窓口で
配布する申請書に
記入・提出

STEP.2
内容の確認

申請内容が
基準に該当するか
確認します

STEP.3
登録

うらそえ
健康づくり協力店
として登録

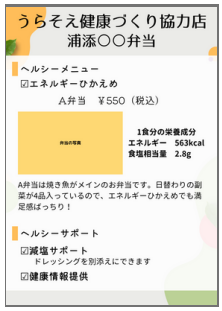
ご登録いただくと…

浦添市は…

- 「うらそえ健康づくり協力店」の
  ステッカーやのぼりを配布します
- 浦添市のホームページ等に掲載して
  協力店をPRします

協力店は…

- ヘルシーメニュー・サービスの提供を
  利用者にわかるように掲示してください
  （該当メニューのチラシを浦添市から提供します）
- 登録内容に変更がある場合はご連絡ください


うらそえ健康づくり協力店
浦添〇〇弁当

ヘルシーメニュー
☑エネルギーひかえめ
A弁当　￥550（税込）

弁当の写真

1食分の栄養成分
エネルギー　563kcal
食塩相当量　2.8g

A弁当は焼き魚がメインのお弁当です。日替わりの副菜が4品入っているので、エネルギーひかえめでも満足感ばっちり！

ヘルシーサポート
☑減塩サポート
ドレッシングを別添えにできます
☑健康情報提供

＼登録・お問合せお待ちしています／

申請窓口
お問合せ

浦添市　健康づくり課（保健相談センター内）
098-875-2100（平日8：30－17：00）
〒901-2103　浦添市仲間1-8-1

うらそえ健康づくり協力店 ×