

## 「はこだて健幸応援店 “スマートバランスレストラン”」事業実施要領

### (目的)

第1条 第3次函館市食育推進計画に基づいた幅広い年代に対しての食育推進を官民双方からアプローチするため、飲食店等で栄養バランス等に配慮した食事提供の場を増やし、市民の健康的な選択や家庭での実践につながる仕組みを作ること、健康寿命の延伸に寄与することを目的とする。

### (実施主体)

第2条 この事業の実施主体は函館市とする。

### (定義)

第3条 「はこだて健幸応援店 “スマートバランスレストラン”」(以下「健幸応援店」という。)とは、外食料理店(喫茶店を含む)およびそうざい製造業、コンビニエンスストア、スーパー、社員・学校食堂等(以下「外食料理店等」という。)が、市民の健康づくりを支援する第6条に示す事項を継続して実施し、その内容が適正であると認められる店とする。

### (対象)

第4条 この事業の対象は、函館市内の外食料理店等とする。

### (事業の内容)

第5条 市は、目的を達成するために、外食料理店等の登録推進とともに、登録店への健康情報発信等の支援、市民への登録店に関する情報提供を行うものとする。

### (健幸応援店の登録要件)

第6条 登録の対象となる外食料理店等は、以下の要件により登録し、取組に応じた星を付与する。

#### (1) 登録の必須要件【☆：一つ星店】

次の要件をすべて満たすものとし、一つ星店として登録する。

① 市民に対し，市が提供する健康情報等の発信を行う。

② 店内を禁煙にしている。

※ 複合スペースの場合は，飲食及び食品の製造・販売に係る部分のみ

※ 店内の禁煙について，厚生労働省が定めた技術的基準を遵守した喫煙専用室を設置し，この中以外の全ての店内を禁煙としている場合は対象とする。時間帯での分煙は対象とならない。

## (2) 選択登録の要件

(1)に加え，次に掲げる事項を実施し，その実施内容を顧客にわかるように表示することとし，各取組に応じた星を付与する。

### ① ヘルスオーダー支援【☆☆：二つ星店】

顧客ニーズに応じ，次の事項のうち2つ以上の対応をすることを明示する。

ア エネルギー控えめオーダー（例：適正な主食量への減少等に対応）

イ 塩分控えめオーダー（例：薄味対応や減塩醤油の提供）

ウ 脂質控えめオーダー（例：調理方法の変更，ドレッシングをノンオイルタイプに変更）

なお，中食を提供する店舗については，上記に該当する商品について，商品または商品ポップ等に選択に資する掲示をすること。

### ② ヘルスサポートメニューの提供【☆☆☆：三つ星店】

顧客への健康へ配慮したメニューとして，次のいずれかの事項のメニュー提供とその情報を明示する。なお，常時の提供を原則とする。

ア 栄養バランスメニュー

「スマートミール」の基準（別添）に基づく献立の提供

（「スマートミール」とは「健康な食事・食環境」コンソーシアムによる認証制度における，健康に資する要素を含む栄養バラ

ンスのとれた食事のこと。なお、本登録はスマートミールの認証基準に準じて登録申請し、その結果を公表するもので、函館市がスマートミールの認証基準を達成していることを証明するものではない。）

イ 塩分控えめメニュー

1食当たり3g未満（当面3gを超える場合は、従来品と比べ10%以上の低減）

ウ 野菜たっぷりメニュー

1食当たりの野菜の重量が120g以上、または、1品当たり70g以上

※ 上記ア・イの実施に当たっては、顧客への栄養成分表示（主要5項目）を必須とし、ウの実施に当たっては、野菜（芋類、きのこ類、海藻類は含まない。）の使用重量が上記の重量以上であることを掲示すること。

（届出）

第7条 届出を行う外食料理店等は、登録届出書（別記第1号様式）に必要事項を記載し、市長に提出するものとする。

（登録及び台帳整理・登録証の交付）

第8条 届出内容が適正である場合は「健幸応援店」として登録し、台帳を備えるとともに、登録証としてステッカーを交付する。

（変更）

第9条 「健幸応援店」登録店（以下、「登録店」という。）は、届出事項に変更があるときは、変更届出書（別記第1号様式）に、必要な様式を添付し、市長に提出するものとする。

（ステッカーの再交付）

第10条 第9条に基づき交付したステッカーを紛失または破損し、再交付を希望する場合は、ステッカー再交付申請書（別記第2号様式）を市長に提出するものとする。

(登録の取り消し)

第 11 条 「健幸応援店」の登録の取り消しを希望するときは、登録取消届出書（別記第 3 号様式）にステッカーを添付し、市長に提出するものとする。

(情報発信)

第 12 条 市は、北海道が道内管理栄養士養成施設および協力機関との連携のもとに行っているメールマガジン等を活用し、登録店に対し、次の内容について情報配信を行う。

- (1) 登録店が活用できる市民に向けた栄養・食生活に関する情報
- (2) 登録店の取組状況に関する情報
- (3) 市が健康づくりに関し実施する事業等に関する情報
- (4) 協力機関等からの健康づくりに関する情報

(助言等)

第 13 条 市は、外食料理店等に対して栄養成分表示に関する助言・指導を行うことができる。

(はこスマセットおよびベジプラ！楽うまレシピ関係)

第 14 条 登録店が「はこスマセット」および「ベジプラ！楽うまレシピ」を開発・提供する際は、別記のとおりとする。

(その他)

第 15 条 この要領に定めるもののほか、必要な事項は保健福祉部健康増進課長が別に定める。

附 則

- 1 この要領は、令和 3 年 5 月 1 日から施行する。
- 2 ヘルスサポートレストラン推進事業実施要領（令和 2 年 4 月 1 日制定）は廃止する。

附 則

この要領は、令和 4 年 4 月 1 日から施行する。

附 則

この要領は，令和 5 年 1 月 1 日から施行する。

附 則

この要領は，令和 5 年 4 月 1 日から施行する。

## スマートミールの基準に基づく「栄養バランスメニュー」の基準

### 1 栄養バランスメニュー（基準に合った食事）の提供について

スマートミールの料理・食品構成に準じた食事を1メニュー以上提供するとともに、顧客の選択に資する情報提供がされていること。

＜スマートミールの料理・食品構成＞

- (1) エネルギー量は、1食当たり450～650kcal未満（通称「ちゃんと」）と650～850kcal（通称「しっかり」）の2段階とする。
- (2) 料理の組み合わせの目安は、①「主食＋主菜＋副菜」パターン、②「主食＋副食（主菜、副菜）」パターンを基本とする。
- (3) PFCバランスが、食事摂取基準2015年版に示された、18歳以上のエネルギー産生バランス（PFC％E；たんぱく質13～20％E，脂質20～30％E，炭水化物50～60％E）の範囲に入ることとする。
- (4) 野菜等（野菜・きのこ・海藻・いも）の重量は、140g以上とする。
- (5) 食塩相当量は、「ちゃんと」3.0g未満、「しっかり」3.5g未満とする。
- (6) 牛乳・乳製品，果物は基準に設定しないが，適宜取り入れることが望ましい。
- (7) 特定の保健の用途に資することを目的とした食品や素材を使用しないこと。

\* 1食あたりの提供エネルギー量（2段階）による分類

#### ① 「主食＋主菜＋副菜」パターン

項目	「ちゃんと」 450～650kcal 未満	「しっかり」 650～850kcal
主食	・飯，めん類，パン （参考：飯の場合は1食あたり150～180gが目安）	・飯，めん類，パン （参考：飯の場合は1食あたり170～220gが目安）
主菜	魚，肉，卵，大豆製品 （参考）60～120g	魚，肉，卵，大豆製品 （参考）90～150g
副菜1 （付合せ等）	野菜，きのこ，いも，海藻：140g以上	
副菜2 （小鉢・汁）		
食塩	食塩相当量：3.0g 未満	食塩相当量：3.5g 未満

注）副菜は，副菜1を主菜の付合せ等とし副菜2を独立した小鉢とする方法，あるいは，副菜1と副菜2を合わせて1つの大きな副菜とする方法

など、メニューにより自由に工夫してよい。

② 「主食＋副食（主菜、副菜）」パターン

項目	「ちゃんと」450～650kcal 未満	「しっかり」650～850kcal
主食	・ 飯，めん類，パン （参考：飯の場合は1食あたり150～180gが目安）	・ 飯，めん類，パン （参考：飯の場合は1食あたり170～220gが目安）
副食 （主菜，副菜 （汁））	魚，肉，卵，大豆製品 （参考：70～130g） 野菜，きのこ，いも，海藻： 140g以上	魚，肉，卵，大豆製品 （参考：100～160g） 野菜，きのこ，いも，海藻： 140g以上
食塩	食塩相当量：3.0g 未満	食塩相当量：3.5g 未満

2 栄養バランスメニューの情報提供について

栄養バランスメニューの基準に関する次の情報を店舗等で提供すること。

< 栄養バランスメニューの基準に関する情報 >

- (1) 1食あたりのエネルギー量
- (2) 主食，主菜，副菜がそろっていること
- (3) 野菜等（野菜・きのこ・海藻・いも）の重量が140g以上含まれていること
- (4) 食塩相当量が3.0g 未満（あるいは3.5g 未満）であること

**「はこスマセット」および「ベジプラ！楽うまレシピ」に係る  
実施内容について**

**1 「はこスマセット」の開発（「はこスマセット」とははこだてスマート  
バランスセットの略）**

はこスマセットは以下の要件をどちらも満たしたセットメニューとする。

- (1) 主食・主菜・副菜が揃っている。
- (2) 通常よりも塩分使用量を減らしている，野菜の使用量を増やす・果物を使用している等，健康へ配慮したポイントがある。

**2 「ベジプラ！楽うまレシピ」の開発（「ベジプラ」とはベジタブルプラスの略）**

ベジプラ！楽うまレシピ（以下「楽うまレシピ」という。）は，野菜をメインに使った，簡単な調理で作ることができる料理のレシピとする。

**3 開発した「はこスマセット」の通常メニューとしての提供**

**4 楽うまレシピの市への提供**

楽うまレシピについては，市民への普及・啓発のため，市が作成するレシピ集や市民参加イベント等で活用する。

**5 謝礼金について**

開発謝礼金として，初回開発時に30,000円を支払う。

**6 提供期間について**

4月1日（または届け出た日）から，3月31日までの期間とし，登録



(第14条関係 別記)

店から申し入れがなければ、自動的にさらに1年間更新されることとする。ただし、やむを得ない事情で提供をやめる時は、速やかに市に連絡すること。

**7 提供メニューの変更等について**

「はこスマセット」、「楽うまレシピ」のメニューについて、種類を増やしたり内容を変更する場合は、市と協議し必要に応じて関係書類を提出すること。

**8 提出書類について**

「はこスマセット」、「楽うまレシピ」に係る提出書類は別紙1とする。

**9 その他**

市が当該事業を中断・中止等する場合は、1か月前までに登録店に通知する。

(第14条関係様式 別紙1)

## はこスマセット, ベジプラ! 楽うまレシピ関係 届出書

店舗名 \_\_\_\_\_ 記載日 令和 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

記載者 職名 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

### 【はこスマセットについて】

販売価格 ￥ \_\_\_\_\_

- ・主食・主菜・副菜に該当する料理名と使用する食材を記入してください。

該当するものに丸をつけてください。	料理名	主な使用食材
主食		
主菜		
副菜		

- ・減塩等, 健康へ配慮したポイントについて記入してください。

例) だしをきかせて塩分(調味料)の使用量を減らした, 野菜の使用量を増やした,  
果物を添えるようにした など

( )

(裏面も記載をお願いします。)

【ベジブラ！ 楽うまレシピについて】

(販売価格 ￥

—)

・レシピについて記入してください。(材料は2人分を記入してください。)

料理名	
材料(2人分)	
作り方	
レシピのポイント	

【メニュー表のサイズ・必要枚数】

( A4・その他( ) 枚 )

## はこだて健幸応援店“スマートバランスレストラン” 登録届出書（新規・変更）

令和 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

(あて先) 函館市長 様

## 【登録店舗情報】 次の情報について入力してください。

店舗名

住所

函館市

電話番号

責任者

職名:

氏名:

\*届出者が本社等の場合で複数施設の届出を行う場合は、本社等の情報を記載し、登録する店舗の一覧(住所・電話番号含む)を添付してください。

## 【登録届出事項】 該当する届出事項の欄に「○」をつけてください。

登録区分	届出事項	届出項目		提出様式	
☆ (必須項目)		①市が提供する健康情報等の発信を行う		第1号様式のみ	
		②店内を禁煙にしている※1			
☆☆ (この中から2つ)		ヘルスオーダー 支援	エネルギー控えめオーダー	1、1-2	
			塩分控えめオーダー	1、1-2	
			脂質控えめオーダー	1、1-2	
☆☆☆		ヘルス メ ニ ュ ー サ ポ ー ト	栄養バランス メニュー※2	「ちゃんと」	「主食+主菜+副菜」 1※3、1-3
				「主食+副食(主菜、副菜)」 1※3、1-4	
			「しっかり」	「主食+主菜+副菜」 1※3、1-5	
				「主食+副食(主菜、副菜)」 1※3、1-6	
			塩分控えめメニュー(塩分3g未満)		1、1-7
			野菜たっぷりメニュー(野菜120g/食、70g/品以上)		1、1-7

※1 たばこの煙の流出を防止するための技術的基準を遵守した喫煙室を設置し、この中以外の全ての店内を禁煙としている場合は対象とする

※2 「ちゃんと」メニュー:450~650kcal未満、「しっかり」メニュー:650~850kcal未満。その他、別添「栄養バランスメニュー」の基準を参照。

※3 本様式と合わせて、メニューの栄養量の根拠となる資料を示すこと(使用食材及び使用重量が示された栄養価計算結果など)

上記の登録内容(責任者の役職・氏名を除く。)について、函館市ホームページ等で情報提供することに同意しますか。

<input type="checkbox"/>	同意する	<input type="checkbox"/>	同意しない
--------------------------	------	--------------------------	-------

公表に同意する場合、ホームページ「はこだて健幸応援店」の紹介ページとのリンクを希望しますか。

確認欄	<input type="checkbox"/>	希望します	(リンク先) http://
	<input type="checkbox"/>	希望しません	

函館市からの情報の受け取り方について、どちらかに○をつけてください。

確認欄	<input type="checkbox"/>	メール	(メールアドレス) @
	<input type="checkbox"/>	郵送(メールアドレスをお持ちではない方はこちらを選択してください)	

普及啓発ツールはどちらを希望しますか。

【必要枚数:

枚】

<input type="checkbox"/>	ポスタータイプ(コピーして配布可能)	<input type="checkbox"/>	三角柱タイプ(テーブルに設置)
--------------------------	--------------------	--------------------------	-----------------

## ヘルスオーダー支援対応状況（写）添付書

※該当する欄に○印をつけてください。

	エネルギー控えめオーダー
	塩分控えめオーダー
	脂質控えめオーダー



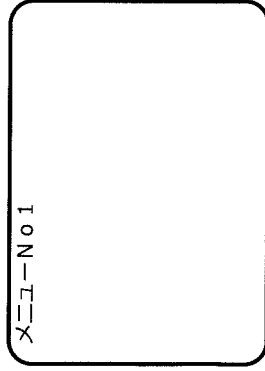
に対応します。

◇ ヘルスオーダー支援をどのように喫食者に周知しているか、写真、掲示物等対応状況の判る資料を貼付してください。

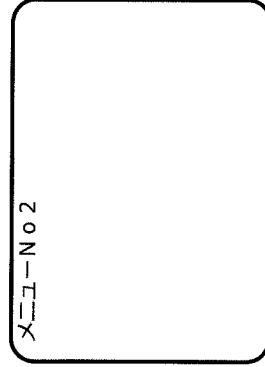


○上記に示したメニューの画像（写真）を貼り付けてください。

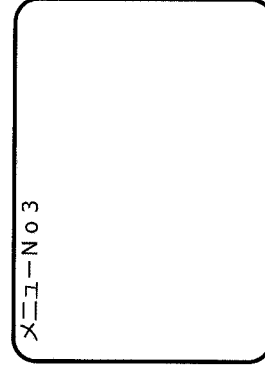
メニューNo1



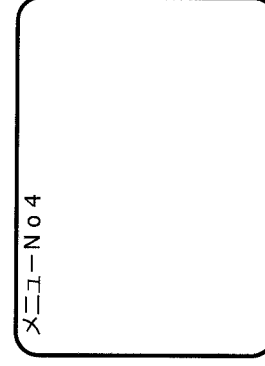
メニューNo2



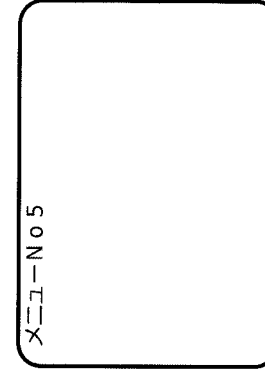
メニューNo3



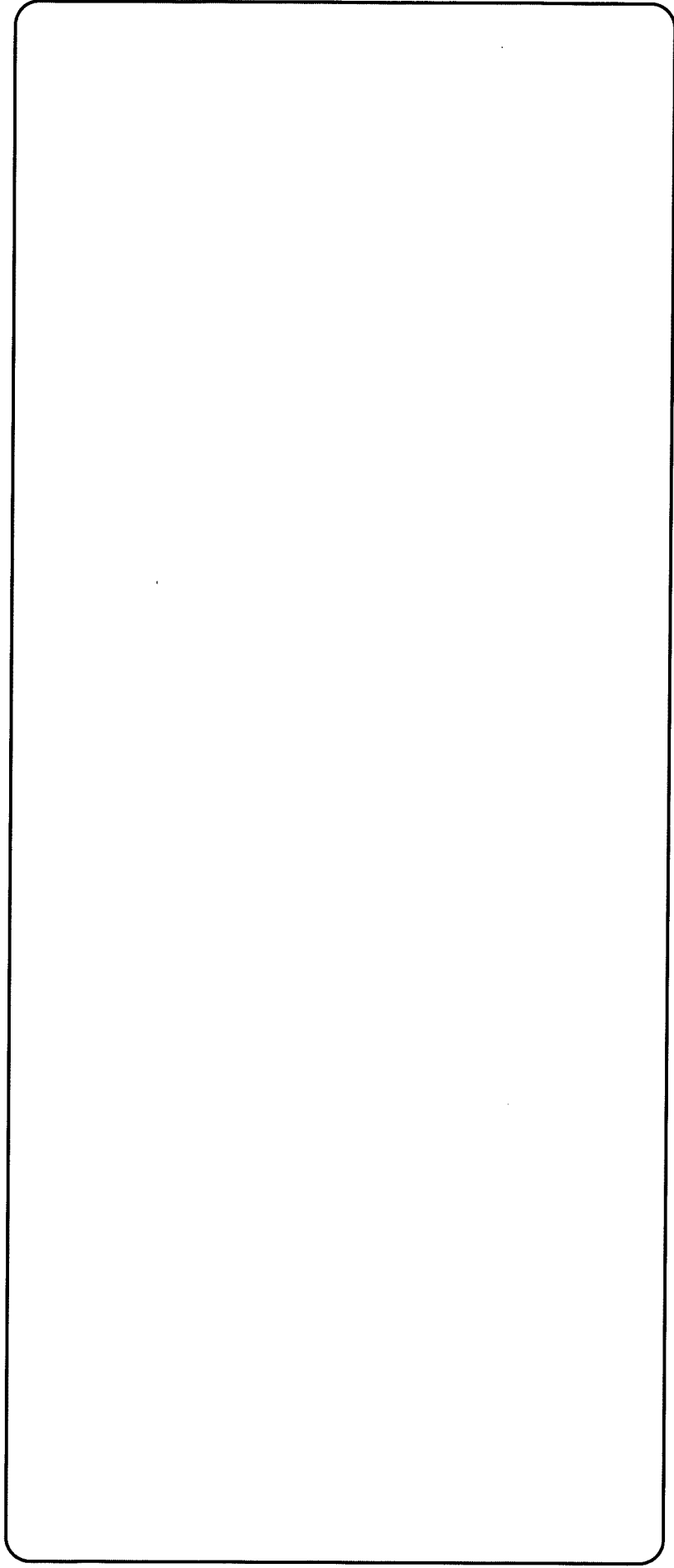
メニューNo4



メニューNo5



○「ヘルスサポートメニュー」提供届出献立の栄養成分表示をどのように喫食者に掲示しているか、表示の（写）を添付してください。（コピーしたものを添付可）

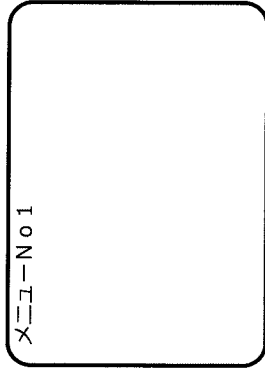




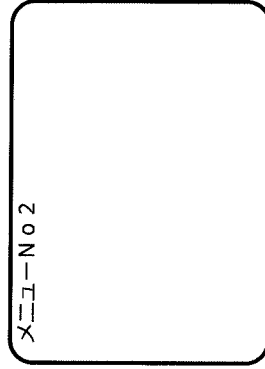


○上記に示したメニューの画像（写真）を貼り付けてください。

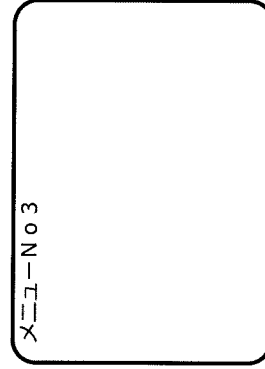
メニューNo1



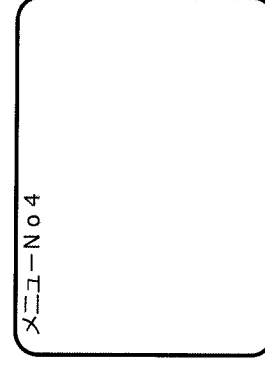
メニューNo2



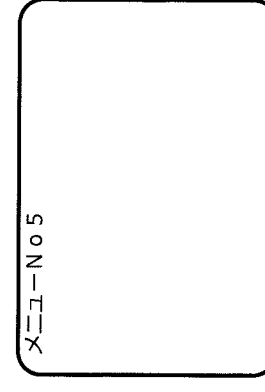
メニューNo3



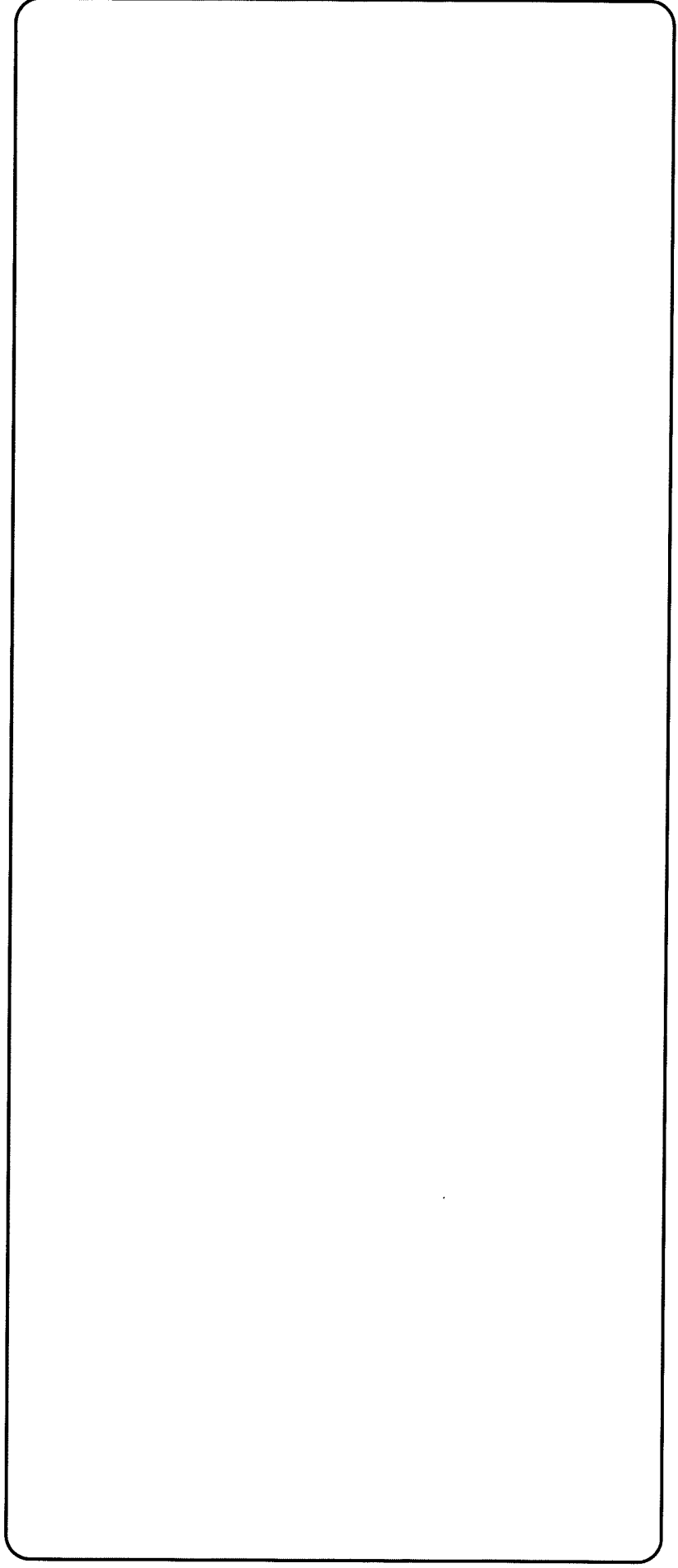
メニューNo4



メニューNo5



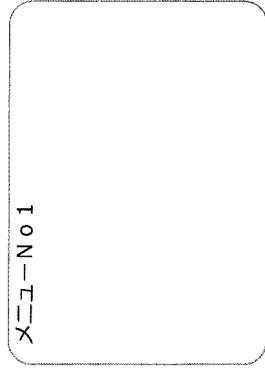
○「ヘルスサポートメニュー」提供届出献立の栄養成分表示をどのように喫食者に掲示しているか、表示の（写）を添付してください。（コピーしたものを添付可）



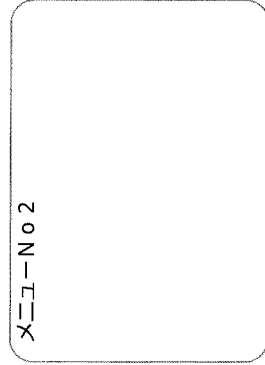


○上記に示したメニューの画像（写真）を貼り付けてください。

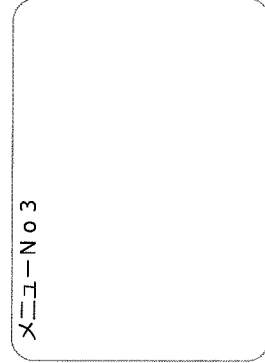
メニューNo1



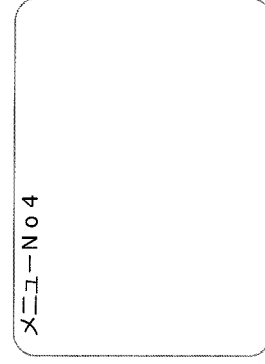
メニューNo2



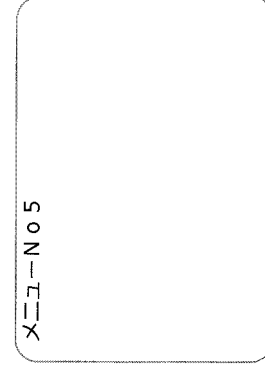
メニューNo3



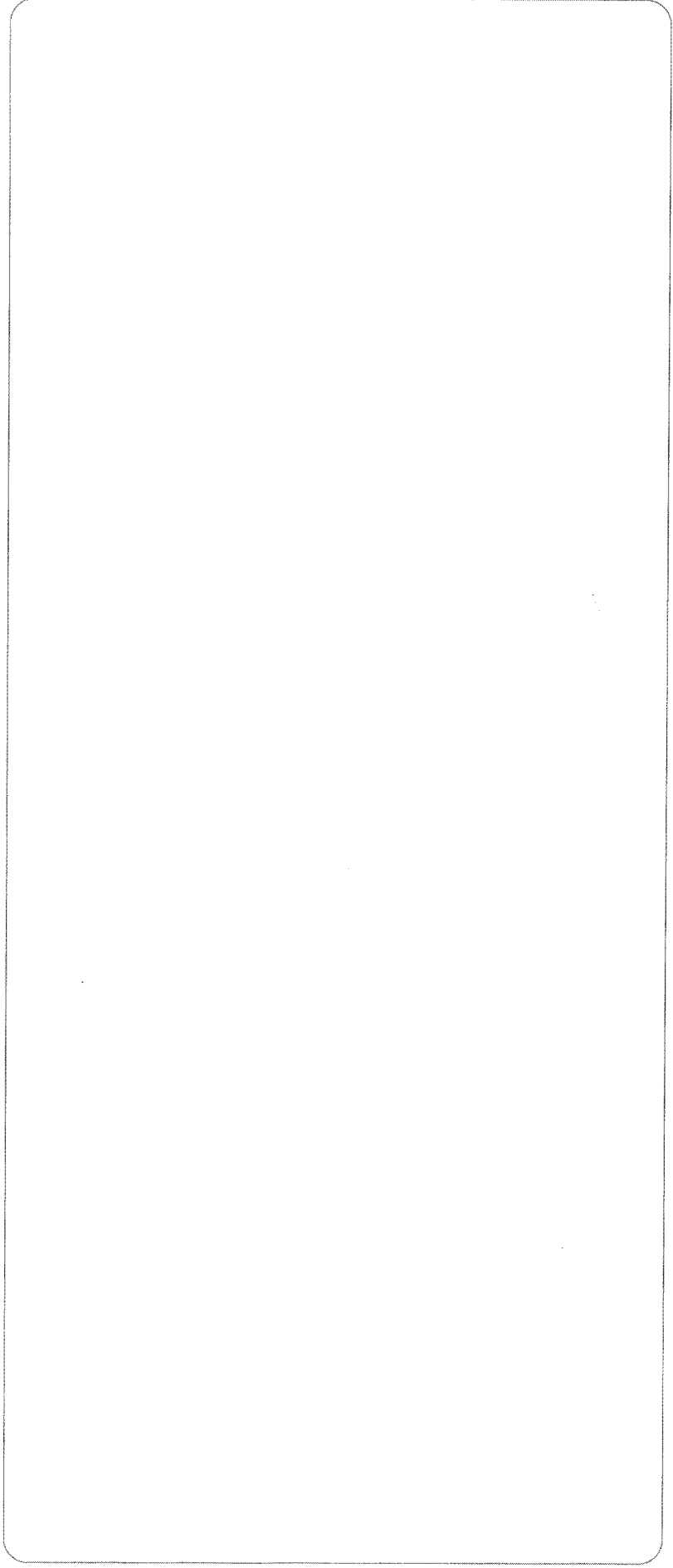
メニューNo4



メニューNo5



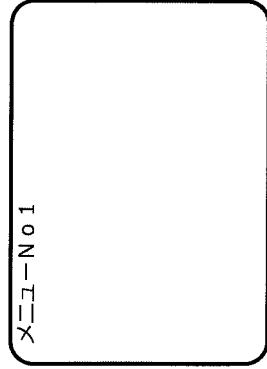
○「ヘルスサポートメニュー」提供届出献立の栄養成分表示をどのように喫食者に掲示しているか、表示の（写）を添付してください。（コピーしたものを添付可）



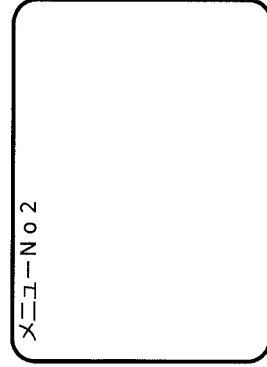


○上記に示したメニューの画像（写真）を貼り付けてください。

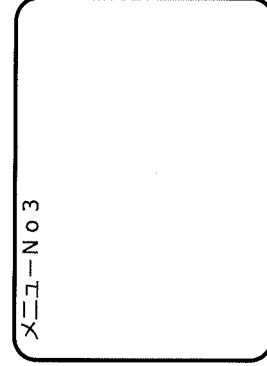
メニューNo1



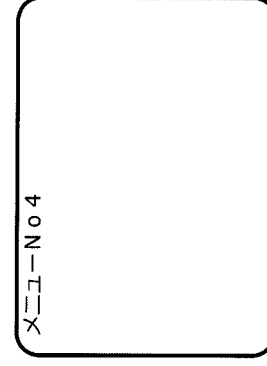
メニューNo2



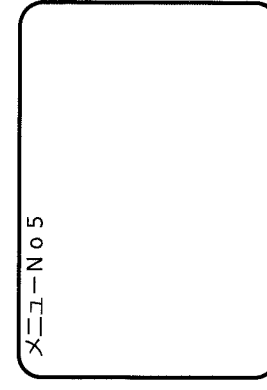
メニューNo3



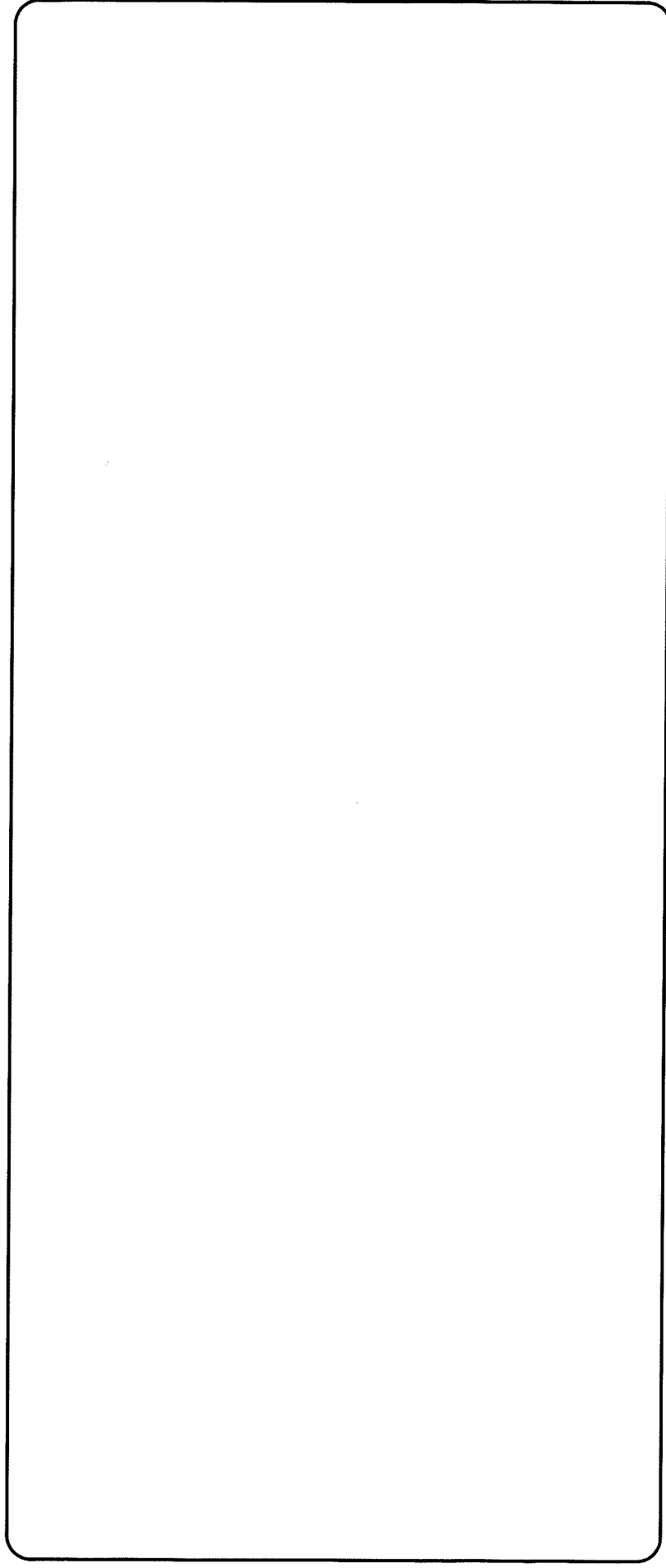
メニューNo4



メニューNo5



○「ヘルササポートメニュー」提供届出献立の栄養成分表示をどのように喫食者に掲示しているか、表示の（写）を添付してください。（コピーしたものを添付可）



## ヘルスサポートメニュー「塩分控えめメニュー／野菜たっぷりメニュー」届出様式

## ○塩分控えめメニュー

要件：食塩相当量が1食当たり3g未満であること

内 容					確認欄
・お店のメニュー表等に1食当たりの塩分が3g未満であることを掲示してください。					
・予定しているメニュー名、使用する食材、簡単な作り方を記入してください。 <メニュー名>					
<使用する食材・主な調味料>					
<簡単な作り方>					
<栄養価(1食当たり)>					※栄養価計算の根拠となるものが保管されているかどうか確認する。
エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分相当量 (g)	

## ○野菜たっぷりメニュー

要件：1食当たりの野菜重量が120g以上、または、1品当たり70g以上

内 容		確認欄
・お店のメニュー表等に1食当たりの野菜重量が120g以上、または、1品当たり70g以上使用していることを掲示してください。		
・予定しているメニュー名、使用する野菜とその使用量を記入してください。 <メニュー名>		
<使用する野菜と使用量(g)>		

※芋類、きのこ類、海藻類は野菜に含みません。

# はこだて健幸応援店“スマートバランスレストラン” ステッカー再交付申請書

令和 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

(あて先) 函館市長 様

【登録店舗情報】 次の情報について入力してください。

店舗名

住所

電話番号

責任者

職名:

氏名:

\*届出者が本社等の場合で複数施設の届出を行う場合は、本社等の情報を記載し、登録する店舗の一覧(住所・電話番号含む)を添付してください。

【登録届出事項】 登録している届出事項の欄に「○」をつけてください。

登録区分	届出事項	届出項目			
☆ (必須項目)		①市が提供する健康情報等の発信を行う			
		②店内を禁煙にしている			
☆☆ (この中から2つ)		ヘルスオーダー 支援	エネルギー控えめオーダー		
			塩分控えめオーダー		
			脂質控えめオーダー		
☆☆☆		ヘルスサポ ート メニュー	栄養バランス メニュー	「ちゃんと」	「主食+主菜+副菜」
					「主食+副食(主菜、副菜)」
			塩分控えめメニュー(塩分3g未満)	「しっかり」	「主食+主菜+副菜」
					「主食+副食(主菜、副菜)」
				野菜たっぷりメニュー(野菜120g/食、70g/品以上)	

【再交付に係る事由】 該当事由に「○」をつけてください。

チェック欄	該当事由
	破損・褪色のため
	紛失のため
	その他(下記に内容を記載)
	内容:

はこだて健幸応援店“スマートバランスレストラン”  
登録取消届出書

令和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

(あて先) 函館市長 様

【登録店舗情報】 次の情報について入力してください。

店舗名

\_\_\_\_\_

住所

函館市

\_\_\_\_\_

電話番号

\_\_\_\_\_

店舗責任者

職名:

\_\_\_\_\_

氏名:

\_\_\_\_\_

\*届出者が本社等の場合で複数施設の届出を行う場合は、本社等の情報を記載し、登録する店舗の一覧（住所・電話番号含む）を添付してください。

登録取消理由

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_