

健康づくり通信

第10号 平成18年1月
長崎県北保健所
長崎県平戸市田平町里免1126-1
TEL:0950-57-3933 FAX:0950-57-3666
ホームページ: http://www.pref.nagasaki.jp/kh_hoken/

～今月のテーマ～

「長崎県健康づくり応援の店」を活用しませんか

通信第3号でお知らせしていた長崎県健康づくり応援の店が、
県北保健所管内で5つに増えました。
今回はその5つのお店の御紹介をします。
みなさん外食されるときは、是非利用してみてくださいね。



このマークが目印です！

平戸市宮の町 平戸市商店街内

やなぎや食堂

<応援内容> 健康に配慮した食事の提供を考えながら、メニューの一部のメニューの栄養成分表示



健康に配慮した食事の提供を考えながら、メニューの一部のメニューの栄養成分表示

平戸市田平町

田平公園内

グリーンシャワー

<応援内容> 一部のメニューの栄養成分表示



田平公園内にあり、ボリュームたっぷりの定食(コーヒー付き)、オムライス、スパゲッティも人気です。天気のいい日はサンドイッチやピザをテイクアウトして公園で食べれば気分は即ピクニック。

- 豚肉の生姜焼き
- 豚肉のみそ焼き
- 鶏の生姜焼き
- ハンバーグ(単品のみ)



- 主食の量が調節可
- 野菜のドレッシング無し
- 鶏肉皮無し調理可

北松浦郡江迎町 白岳公園内

白岳高原食堂

<応援内容> 焼肉定食
日替定食
ヒレカツ定食
メンチカツ定食



しし肉を使ったメニューです。野菜も近くで取れたものばかりですし、タレも手作りで、野菜たっぷりです。すべて体に良いと思っております。

松浦市御厨町

M R 御厨駅横

食堂「野口」

<応援内容> 海鮮焼きそば
海鮮チャンポン
焼き肉定食
生姜焼き定食



- 野菜のドレッシング無し
- 主食の量が調節可

・栄養成分表示



・野菜たっぷりメニュー



・ヘルシーオーダー



・お店のPR



<参考>

県北地域では

世知原のおそば屋さん『一休』も、**栄養成分表示・禁煙**で登録されています。



平成18年3月から「禁煙・完全分煙宣言施設認証制度」が始まります！

「禁煙・完全分煙施設」とは・・・積極的に禁煙・完全分煙に取り組んでいる施設で、下記の4つのいずれかに該当する施設のことです。

「うちの職場は、禁煙・分煙に取り組んでいる！」というところは、是非お申し込みください。認証を希望される団体には、実施要領、申し込み用紙等をお送りします。詳しくは県北保健所まで。

受動喫煙防止への御協力をよろしく申し上げます。

施設とは・・・病院や事務所、飲食店、集会所等の多数の人が利用する所が対象です。

- 敷地内禁煙
- 屋内禁煙
- テナント等での禁煙
- 完全分煙(喫煙室設置)