

# ながさき



ながさき健味ん弁当を  
食べて、味の素（株）  
の商品をゲット！

## 第1弾

### 減塩おじょううずセット

2026年

販売  
期間

1月15<sup>木</sup>日から28<sup>水</sup>日まで

ベジコねえさん



それぞれ10名に  
プレゼント！

## 第2弾

### 野菜びよりセット

2026年

販売  
期間

2月5<sup>木</sup>日から18<sup>水</sup>日まで



お弁当に貼ってある  
応募シール(図はイメージ)が  
目印です。

## ながさき健味ん弁当 の例

\*お弁当の内容や盛り付け方、価格は店舗ごとに異なります。

### ●イオン・マックスバリュ (一部の店舗を除く)

健康革命！  
豚バラ生姜焼き弁当



雲仙しまばら鶏の唐揚弁当  
(カレーマヨ付き)



### ●まるたか生鮮市場・フレッシュハウス (計4種類を販売)

鶏のごま味噌焼き弁当



挽肉のキャベツ包みと  
長崎揚げ弁当



ながさき健味ん（けんみん）弁当は、長崎県民の食生活の課題解決をめざして考案された①～⑥の「ながさき健味んメニュー」の基準を満たすお弁当のことです。

- ①主食・主菜・副菜がそろっている
- ②エネルギーは500～700kcal
- ③野菜類は100g以上  
(きのこ・海藻類を含みいも類は除く)

- ④食塩相当量は3.0g未満
- ⑤揚げ物・炒め物などの油料理が重ならないようにする
- ⑥牛乳・乳製品及び果物を適宜加える

# ながさき 健味弁当 フェア 参加店舗

お弁当の内容や価格、販売曜日等はお店により異なります。

県内

全58店舗！



## 《壱岐市》

★パン工房 夢

- ・アジフライ弁当
- ・ポークジンジャー弁当 等  
(全7種類を日替わり)

★イオン 壱岐店

## 《対馬市》

★肴や えん

- ・ポークジンジャー弁当

## 《新上五島町》

★有限会社ナイスディ  
さばの竜田揚げ弁当



エイトさん

## 《長崎市》

★平野屋

- ハンバーグエビフライ弁当
- サバ塩焼鶏カラ揚弁当 等  
(全4種類を日替わりで2種類ずつ)



★いづや弁当

- 麺屋町店・小ヶ倉店
- ・市役所前店
- 健康応援夕食



★お弁当のモック  
ハンバーグ弁当

★県庁食堂シェ・デジマ  
油淋鶏弁当 (2月9日のみ)



## 《佐世保市》

★まるたか生鮮市場

早岐店・もみじが丘店

★イオン

大塔店・佐世保白岳店

★マックスバリュ

早岐店・池野店・中里店  
・白岳店・梅田店

## 《佐々町》

★マックスバリュ 佐々店



## 《諫早市》

★おむすびころりん

チキンのさっぱり焼き弁当

★まるたか生鮮市場

アエル店・幸町店・多良見店・小野店  
・駅前店

★マックスバリュ

長崎センター店・諫早西部台店  
・諫早中央店

## 《大村市》

★まるたか生鮮市場

富の原店・三城店・池田店

★イオン 大村店

★マックスバリュ

空港通り店・溝陸店・大村諏訪店

## 《島原市》

★まるたか生鮮市場有明店

★イオン 島原店

## 《雲仙市》

★フーズピープル千々石店

チキンのさっぱり焼き弁当



★まるたか生鮮市場吾妻店

★まるたか生鮮市場

矢の平店・小江原店・稻佐店

・西町店・東長崎店

★フレッシュハウス

鍛冶屋町店・観光通り店

★イオン

東長崎店・チトセピア店・長崎店

★マックスバリュ

メルクス長崎店・琴海店・南長崎店

★レッドキャベツみらい長崎ココウォーク店

## 《時津町》

★イオン 時津店

★マックスバリュ 時津店

## 《長与町》

★マックスバリュ長与中央店・長与店



詳しくはこちら  
(県ホームページ)