

# ながさき

# けんみん 健味ん弁当

ながさき健味ん弁当を食べて、味の素(株)の商品をゲット!

## フェア



ベジコねえさん

### 第1弾

## 減塩おじょうずセット

販売期間 ▶ 2026年 **1月15日** (木) ~ **28日** (水) まで

### 第2弾

## 野菜びよりセット

販売期間 ▶ 2026年 **2月5日** (木) ~ **18日** (水) まで

それぞれ **10** 名様にプレゼント!



お弁当に貼ってある応募シールが目印です

## 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

### イオン九州・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げ弁当 (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

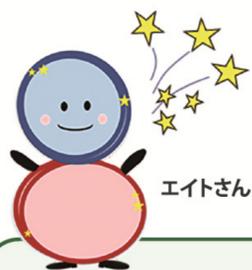


ながさき健味ん(けんみん)弁当は、長崎県民の食生活の課題解決をめざして考案された①~⑥の「ながさき健味んメニュー」の基準を満たすお弁当のことです。

- 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・海藻類を含むいも類は除く)
- 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 **けんみん** 健味弁当 フェア

参加店舗  
県内全 **58** 店舗!



エイトさん

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



## 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

長崎インター店・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

## 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

## 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



## 長崎市

平野屋

・ハンバーグエビフライ弁当  
・サバ塩焼鶏カラ揚げ弁当等  
(全4種類を日替わりで  
2種類ずつ、金曜日のみ)



いずや弁当

麴屋町店・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)

まるたか生鮮市場

矢の平店・小江原店・稲佐店・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)

