

# 食育減塩フェア 2013 in 福岡

## おいしく、楽しく、健康的に！

実施：2013年 6月 8-9日（土-日）  
場所：大丸福岡天神店パサージュ広場  
主催：公立大学法人福岡女子大学  
後援：福岡市・日本高血圧学会減塩委員会  
協力：国立病院機構九州医療センター・大丸福岡天神店  
西部ガス(株)・(株)ふくや・中田食品(株)



▲血圧測定



▲食塩摂取量チェック



▲血圧相談

# どっちが減塩？ 梅干し・明太子食べ比べ

## 調味梅干

協力：中田食品(株)



### 従来品

(1個10gあたり)

食塩相当量 0.8 g  
ナトリウム 300 mg  
カリウム 13 mg

### 減塩品

(1個10gあたり)

食塩相当量 0.4 g  
ナトリウム 160 mg  
カリウム 170 mg

## 辛子めんたいこ

協力：(株)ふくや

### 従来品

(1切れ10gあたり)

食塩相当量 0.6 g  
ナトリウム 220 mg  
カリウム 15 mg

### 減塩品

(1切れ10gあたり)

食塩相当量 0.3 g  
ナトリウム 130 mg  
カリウム 100 mg

それぞれの味、特に塩味や風味、  
美味しさを比べてみましょう。

どちらが美味しい？  
どちらがヘルシー？



監修：公立大学法人福岡女子大学大学院 教授 早瀬仁美

### お知らせ

大丸・夏の  
食育フェア開催

おいしく、楽しく、健康的に！

どっちがヘルシー  
辛子明太子と梅干しの  
味くらべ解答は

■6月9日(日)午後5時以降  
■本館地下2階：食育ステーション  
(隣りの広縁玄関)に表示予定



▲官能評価・回答記入

▲減塩・従来品の  
成分値説明

サンプル準備 ▶



▲赤と青で二重盲検  
官能評価サンプル



## 毎回盛況だった食育講座

## ▼ 休日ランチを減塩ヘルシーに

