

## 減塩サミット開催要綱

謹啓 皆様におかれましては、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜りまして、厚く御礼申し上げます。

日本人は世界的にみても食塩を多く摂っている国民で、この過剰な塩分摂取は 4300 万人の国民が罹患している我が国で最も多い疾患である高血圧の主な原因の一つです。そして高血圧は脳卒中、心臓病、腎臓病などの主たる基礎疾患です。また、食塩の摂り過ぎは高血圧ばかりでなく、直接脳卒中や心臓病、腎臓病などの原因にもなります。また最近では日本人に多い胃がんや骨粗鬆症などの原因にもなることも分かりました。従って減塩は最も安価な心臓血管病やその他の多くの疾患の予防法なのですが、減塩を実行することは実際には容易ではありません。日本高血圧学会では、国民の高血圧予防や治療、さらに健康維持のために 1 日の食塩摂取量を 6g 未満とするよう推奨しています。

減塩サミットでは、①健康維持のために減塩を中心とした食の重要性を啓発すること、②減塩を実行できる社会環境の整備を促進することを目的としています。減塩の重要性、その方法を、体験を通して楽しく学べるように、知的好奇心を刺激する新しい感覚のイベントを目指しています。

そのため、これまでは①医療関係者、栄養士、食品企業、料理業界、行政が参加して多業種が交流しながら減塩促進のための環境作りを考える企画（例：減塩シンポジウムや市民公開講座、トークショーなど）。②血圧測定や骨密度、認知機能検査などの簡易健診と健康相談を行い、減塩の必要性を実感する企画。③実際に美味しい減塩食体験ができる企画（例：減塩クッキングショー、減塩食材や加工食品の展示・即売、美味しい減塩料理を食べられる屋台など）。④減塩は子供の時から始めることが大切なので、子供たちも参加・学習できるような企画（例：減塩に関するポスター、作文、川柳、討論会など）を行ってきました。内容をお考えになる際の参考にしていただきたいと思います。

貴地での減塩サミット開催を契機にともに減塩促進のための環境作りを考えましょう。

本サミットの主旨をご理解いただき、貴施設・団体に計画されている開催内容について、減塩サミット開催申請書に概要をご記載ください。日本高血圧学会減塩委員会にて、当委員会が後援する減塩サミットとしてふさわしいかを検討させていただきます。そして微力ながら貢献させて頂けるとの意義を認識し、日本高血圧学会ホームページで紹介するなど協力させていただきます。

末筆ではございますが、皆様方の益々のご繁栄をお祈り申し上げます。

謹白

平成 27 年 10 月 吉日

日本高血圧学会 減塩委員会

委員長 土橋 卓也

日本高血圧学会減塩委員会委員長殿

減塩サミット協力依頼書

イベントタイトル	減塩サミット in (地名) (西暦) ~ (タイトル) ~ 減塩サミット in( ) ( ) ~ ( ) ~
日時 (予定)	
会場 (予定)	
目的	
大前提:	子ども達とこの国の未来のために、県民、市民、医療関係者、栄養士 食品業界、行政が一体となり、①健康維持のために減塩を中心とした食 の重要性を学習、体験すること、②減塩を実行できる環境整備を促進す ること、すなわち“本気で減塩を考え、実行する”ための機会と情報 を提供することを目的といたします。
内容	
例:	クッキングショー／パネルディスカッション／トークショー 市民公開講座、簡易健診・健康相談、減塩グルメ屋台で食べ歩き、 減塩グッズの展示・販売、みそ汁飲み比べ、減塩「地産地消」企画 (穫れたて新鮮野菜を使ったレシピ紹介など)、減塩公募作品展「減塩 ポスター」「減塩作文」「減塩川柳」コンクールなど
主催	
共催予定	
後援予定	

平成 年 月 日

責任者氏名

所属

連絡先住所

TEL:( ) FAX:( )

メールアドレス:( )