



空気も食事もヘルシーなお店 募集!

「空気クリーン施設」と「青森のおいしい健康応援店」のダブル認証を受けた飲食店(客席を有するお店)を、健康増進に積極的に取り組むお店として、下北地域県民局が『特別認証』いたします。

店内禁煙の飲食店



健康に配慮した
食事を提供する飲食店



【特別認証プレート】



むつ高等技術専門学校と協力し、県産杉を使った認証プレートを作成しました。

- ①空気クリーン施設 認証
- ②青森のおいしい健康応援店 認証



2つの認証で
特別認証

※ ①、② それぞれの認証については、裏面の通りです。

(問合せ先) 下北地域県民局地域健康福祉部保健総室 (むつ保健所 健康増進課)

電話： 31 - 1388 FAX： 31 - 1667

まずは1つの認証
から始めませんか



下北地域健康なまちづくり事業



健やか力向上推進
キャラクター
「マモルさん」

空気クリーン施設

認証条件 ①、②の両方が該当

- ① 店内全面禁煙が表示されている
(お客様が来店時に確認できることが望ましい)
- ② 灰皿が置かれていない



青森のおいしい健康応援店

認証条件 ①～⑧の1つでも該当

1. エネルギー控えめ

- ① 揚げ物料理等でノンフライヤーなどを使い、油の量を減らした調理をする
- ② お客様の要望に応じて主食量の調整(量を減らす)ができる
- ③ エネルギー控えめのマヨネーズやドレッシング(カロリーーフ、ノンオイル等)が選択できる

2. 塩分控えめ

- ④ 汁物の塩分濃度が0.8%以下である
※ご希望のお店には、塩分濃度計を貸し出します。
- ⑤ お客様の要望に応じて薄味調理ができる
- ⑥ 減塩タイプのしょうゆ又はソース等が選択できる

3. 野菜たっぷり

- ⑦ 1食のメニュー(定食等)で120g以上の野菜を使用している
- ⑧ 単品メニュー(サラダ等)で80g以上の野菜を使用している

※ 認証店になったら

お客様が該当メニューがわかるように表示をお願いします。



認証までの手順

- ① 申請用紙を送付又はFAXしますので、むつ保健所へご連絡ください。
- ② 記入した申請書をむつ保健所へ送付(FAX可)してください。
- ③ 保健所職員が内容確認に伺います。

<下北地域の皆様へ>

認証に該当する飲食店の情報を、むつ保健所へお寄せください。
認証を受けた飲食店は、保健所のホームページに掲載されます。

(問合せ先) 下北地域県民局地域健康福祉部保健総室(むつ保健所 健康増進課)

電話：31-1388 FAX：31-1667