



健康な食事・食環境認証制度は2018年に開始され、このたび第10回認証を迎えました。そこで、東日本大震災による被災後もスマートミール認証店舗の継続的な支援に取り組んでいる宮城県の自治体及びその認証店舗を「地域のきずな賞」として顕彰いたします。第2回として、女川町をご紹介します。



Menu さんま弁当

さんま塩焼き（大根おろし添え）
野菜サラダ きんぴらごぼう
ブロッコリー わかめのお浸し ごはん
価格：900円（税込）

スマートミールの
基準「しっかり」を
満たしています

エネルギー … 680kcal
たんぱく質 … 23.7g
脂 質 … 22.4g
炭水化物 … 104.7g
食塩相当量 … 1.8g
野菜等重量 … 140g

きらら女川

宮城県

【店舗情報】

〒986-2265 女川町女川2丁目60番地（女川駅前シーパルピア女川内）
定休日：不定休 営業時間：平日10時～15時 土・日・祝日10時～17時

公式ホームページ



宮城県女川町 健康福祉課 今野恵美子さん

東日本大震災から公民連携の復興まちづくりを進め、「健康な町、女川町」の実現に向けた健康プロジェクトに取り組みできました。その一環として食環境整備に着目し、スマートミールのメニュー開発を行いました。野菜等が140g以上とれるよう調整したり、適塩のために減塩調味料を活用したメニューもあります。

4月1日に町制施行100周年を迎え、記念事業として、健康づくりの取り組みをさらに推進します。スマートミールの普及や栄養バランスのとれた食事の啓発を通じ、豊かで健康的な生活を実現できる町を目指してまいります。

店主 沼田利恵さん

女川町役場のかたからスマートミールについてのお話を伺い、女川町を象徴する、さんまやわかめに加えて野菜がとれたらいいなという思いがありました。お客さまからはヘルシーで、女川を堪能できるとの声が聞かれています。