

かるしお®プロジェクト関連リンク



かるしお®ホームページ



かるしお®認定制度



かるしお®認定商品一覧

かるしお®に関するお問い合わせ



かるしお®事務局 お問い合わせメールアドレス

karushio-mark@ml.ncvc.go.jp

国立研究開発法人 国立循環器病研究センター
オープンイノベーションセンター 産学連携本部 社会実装推進室
〒564-8565 大阪府吹田市岸部新町6番1号
TEL: 06-6170-1069 (直通ナビダイヤル 31033)



理念

私たちは
国民の健康と幸福のため
高度専門医療研究センターとして
循環器疾患の
究明と制圧に挑みます

健康寿命延伸のカギは「減塩」

- *世界の疾患を制圧するためにとるべき行動の優先順位2位が減塩であり病院の治療や薬と比べると低コストであると発表 (2011年国連のNCD高次元会議)
- *世界の寿命・健康寿命に一番悪影響を与える食因子の1つが食塩と発表 (2019年, Lancet)
- *イギリスではパンの食塩を10年間で20%減らすことで、血圧が低下し循環器病疾患が減少 (2013年, BMJ)

日本では食塩摂取量30%減が目標

- *食塩摂取量の平均値(概ね)10g※1を7g※2に!
- *減塩しないといけないとわかっていてもなかなか実践しにくい、という難題
- ※1「令和元年度 国民健康・栄養調査」厚生労働省 ※2「日本人の食事摂取基準(2020年版)」厚生労働省

国循の減塩啓発活動「かるしお®プロジェクト」

かるしお®プロジェクトとは

「循環器病予防のための食生活改善」を目的とした
国循の減塩の考え方「かるしお®」の普及にむけた様々な取り組みです



かるしお®の原点、国循のおいしい病院食



かるしお®で付加価値アップ!!

-かるしおマークとは-

国循の「かるしお認定基準」に基づき行われ、
基準を満たした製品に対して
「かるしおマーク」の表示が認められています。



かるしお®認定基準

(食品区分1) 弁当・定食など	1食あたり エネルギー 450-600kcal 程度 たんぱく質エネルギー比 13-20% 食塩相当量 2g未満 野菜使用量 150g以上 脂肪エネルギー比 20-30%
(食品区分2) 単品・総菜など	1品(1人前)あたり 食塩相当量 0.5g 未満
(食品区分3) 調味料類	同質の他の食品より* 30%以上食塩カットしたもの
(食品区分4) 加工食品	
(食品区分5) 水産物などの塩蔵品	

* 同質の他の食品とは、最新の日本食品標準成分表に記載されている食品となります。
※ 区分ごとにレシピ・栄養成分計算結果・食品画像の提出や、栄養成分分析結果の報告が必要なものがございます。
認定基準の詳細は、国立循環器病研究センター 社会実装推進室までお問い合わせください。

かるしお®認定 審査の流れ

かるしお®認定の審査では、“おいしさ”を評価するために、約30名の 医師・看護師・栄養士が官能評価を実施しています。 ※かるしお®認定へのエントリーは随時、受付中です！

エントリー→面談→事前評価→かるしお®商標等審査委員会→知的財産活用審査委員会→契約締結→販売→年度ごとに実施料の支払い
(試食審査)(企業プレゼンテーションあり) (年度更新) (製品出荷額の1.5%)

24都道府県の 44社 / 116種類 の商品を販売中
(2024年4月時点)



かるしお®認定企業の声

- ・ かるしお®マークをつけて売上が2.5倍になりました！
- ・ 「国立循環器病研究センター認定」の表示を見て購入した お客様が多かったです。
- ・ 減塩商品があまり売れず一度終売にしたが、お客様からの強い要望があり「かるしお®認定商品」としてリニューアルして販売。非常に喜んでいただきました。
- ・ 「かるしお®専用棚」に置いてもらって嬉しいです！

かるしお®認定事業以外の取り組み

- かるしお®サミット かるしお®認定企業の交流や、小売・流通との意見交換



- かるしお®マッチングイベント

減塩・健康・食に関心のある企業の
マッチングイベント



- かるしお®販促サポート



- 減塩レシピコンテスト

S-1g (エス・ワン・グランプリ) 大会



- 食育

学校給食の減塩 (吹田市)



- レシピ開発

かるしお®レシピ本出版、料理動画、レシピ公開

