



健康長寿日本一 滋賀のオリジナル「滋賀めし」を開発！

～更なる健康長寿に向け、滋賀の食材を活用した「食」の企画を産学官で展開～

滋賀県は、長寿県ならではの強みや、本県特有の食材を活かした、健康を支える食事のメニューとして『滋賀めし』を開発することをお知らせします。当プロジェクトは地産地消を推進する「おいしが うれしが」キャンペーンの一環として、農畜水産物の地産地消の推進と、本県民の更なる健康長寿に向け、食を通じた健康増進を図ります。

『滋賀めし』は、健康長寿に寄与してきたと考えられる本県の多彩な食材（湖魚、近江牛、近江米、近江の茶）や、鮎ずしや漬物をはじめとする発酵文化など滋賀ならではの特長を活かしながら、塩分（※1）を増やさずに、野菜摂取を増やすことを目標とします。

※1 一般的に野菜摂取量を増やすと塩分摂取量が増加しやすいと言われています。

開発にあたっては、県内大学で構成する環びわ湖スポーツ栄養交流会が、県内のホテル等の協力のもと、開発後の一般提供を踏まえて、季節に合わせた家族向けのメニューと、旅館・ホテルでのおもてなしを想定したメニューを検討します。

開発に携わる立命館大学スポーツ健康科学部の海老久美子教授は「滋賀県は近江米や近江牛をはじめ、琵琶湖の固有の魚、大豆、各地の伝統野菜など魅力的な食材が豊富です。この取組を通じて、滋賀県の食材の美味しさを感じて頂くとともに、毎日の食生活が健康にもたらす重要性を再認識していただければと思います。」とプロジェクトへの意気込みを語られました。

今回開発したメニューは、今秋を目処に、今後県内の量販店等の県産野菜売り場での活用や、旅館・ホテルや東京日本橋の本県情報発信拠点「ここ滋賀」での提供を予定しています。その他、健康を支える食の取組として、健康長寿日本一の滋賀県民が考える『滋賀めし』メニューコンテストなどを開催します。

※健康長寿日本一の滋賀

東京大学が実施した「日本の都道府県別の疾病付加研究（1990～2015年）～停滞する健康指標と拡大する都道府県間の健康格差～」によると、滋賀県は男女ともに平均寿命、健康寿命が日本一という結果になりました。



【健康いっぱい！『滋賀めし』】

家族、友人、自分自身等の健康を気遣うさまざまな気持ちと、健康長寿日本一の滋賀が育んだ多様な県産食材をハートの形で表現。県産食材の代表選手である近江米のごはんを連想させるどんぶりにたくさんのハートを盛り付けました。

■「滋賀めし」とは

健康長寿日本一の滋賀の強みである食に関する文化や特長（発酵文化や塩分控えめなど）を活かし、魅力ある本県産農畜水産物を用い、「滋賀めし」として健康を支えるメニューを産学官連携により開発します。

【滋賀めしの基準】※詳細については現在検討中

- ・塩分を増やさずに必要な野菜を多く摂取できること
- ・滋賀県産の食材を使用
- ・滋賀県ならではの特徴を取り入れること

【プロジェクト参画・協力団体】

大学：環びわ湖スポーツ栄養交流会（立命館大学スポーツ健康科学部、龍谷大学農学部、びわこ成蹊スポーツ大学スポーツ学部、滋賀県立大学人間文化学部）

民間：びわ湖大津プリンスホテル、琵琶湖ホテル、奥ビワコマキノグランドパークホテル、びわ湖畔味覚の宿双葉荘

■企業との連携による健康×食の取組

- ・健康長寿日本一の滋賀県民が考える「滋賀めし」メニューコンテスト

県とカゴメ株式会社の包括的連携協定の取組の一環で、レシピコンテストを共催。健康長寿日本一の滋賀県民が、健康を支える「滋賀めし」メニューを考えます。

■「おいしが うれしが」キャンペーン：<https://shigaquo.jp/oishiga/>

～今年9月、「おいしが うれしが」キャンペーンは10周年を迎えます～



本件に関するお問い合わせ先

滋賀県農政水産部食のブランド推進課

電話：077-528-3891 E-mail：gc01@pref.shiga.lg.jp
