

# 減塩食品取扱い一覧

※恵那市が把握した協力店について掲載しています

種類	調味料										肉・魚加工品				麺類	インスタント食品		漬物	菓子	ふりかけ・佃煮等								
	塩	塩こしょう	しょうゆ	みそ	和風だしの素	コンソメ	中華だしの素	めんつゆ、だし醤油	ドレッシング	ケチャップ	ソース	ポン酢	ちくわ	さつま揚げ	魚肉ソーセージ	ハム	ベーコン	ゆで麺・乾麺	カップ麺	インスタント味噌汁	インスタントスープ	梅干し	柿の種	わかめご飯の素	しそご飯の素	塩昆布	佃煮	味付のり
スーパー																												
コープ恵那店	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●		●	●			●	
バロー	恵那店	●		●	●	●	●			●		●	●	●	●	●			●	●			●	●	●	●		
	正家店	●		●	●	●	●			●		●		●	●	●			●	●			●	●	●	●		
	岩村店	●		●	●	●	●					●		●	●	●			●	●			●		●	●		
	明智店	●		●	●	●	●					●		●	●	●			●				●		●			

①生活協同組合コープぎふ  
恵那店  
〒509-7205  
恵那市長島町中野2-5-1  
TEL：0120-057-302  
営業：AM10：00～PM8：00  
※土日はAM9：30～

減塩食品  
コーナー  
あります

②バロー恵那店  
〒509-7201  
恵那市大井町180-1  
TEL：0573-26-5001  
営業：AM10：00～PM8：00  
※土日はAM9：00～

③バロー正家店  
〒509-7203  
恵那市長島町正家3丁目8-64-3  
TEL：0573-20-3455  
営業：AM10：00～PM9：00  
※土日はAM9：30～

④バロー岩村店  
〒509-7401  
恵那市岩村町飯羽間字松割2294-1  
TEL：0573-43-0300  
営業：AM10：00～PM8：00  
※日曜日はAM9：30～

⑤バロー明智店  
〒509-7731  
恵那市明智町石坪469-2  
TEL：0573-54-3111  
営業：AM10：00～PM8：00  
※日曜日はAM9：30～

## 市内スーパー等食品取扱い店の皆様

恵那市健康推進課では、高血圧予防のため、減塩食品の普及啓発をすすめております。減塩食品を取り扱っており、一覧表に掲載いただける場合はご連絡をお願い致します。 問合せ先：恵那市健康推進課 ☎26-6821

## 減塩食品を利用しておいしく手軽に減塩しよう

1日の塩分摂取量の目標値は男性7.5g未満、女性6.5g未満とされています。  
しかし岐阜県民の1日の食塩摂取量の平均値は男性9.7g、女性8.6g（令和4年度県民栄養調査）と目標値を上回っています。  
近年ではさまざまな種類の減塩食品が販売されています。減塩食品は従来品よりも塩分を減らした商品で、いつもの食品を減塩食品に替えるだけでおいしく手軽に減塩することができます。  
上記の通り様々な食品が市内のスーパーでも販売されていますので、ぜひご自身にあった減塩食品を食生活に取り入れてみてください。

## このPOPが目印です

