

長寿の里「佐久」プロジェクト 医福健食農連携事業

取組に至る背景・事業の目的

佐久地域は「健康長寿の里」として県内外に広く知られており、地域の行政、医療機関、民間が連携して様々な取組を行ってきた。特に長寿の里「佐久」プロジェクトの1つとして、健康食、健康食品のブランド化を目指し取組んでいる「花咲く長寿レシピ」は、脳血管疾患の予防対策のひとつである減塩に注目した「おいしい適塩食」として近年開発を進めている。

高齢者を含め多世代の方を対象に、佐久地域の飲食店等で活用できる健康食メニューの開発や地域への発信を行うことで継続的なブランド構築を目指している。

事業内容

- 事業推進のためプロジェクト委員会を5回、飲食店で活用できる「花咲く長寿レシピ」の開発に向けた打ち合わせ・試作を20回実施した。
- 地域住民に向けた普及活動として、「ぞっこん！さく市」へ参加し、試食を実施したほか、「第4回 みんなでつくろう！長寿の里」を開催し、レシピ紹介やトークセッション、構成団体の活動紹介や試食等を実施した。また、構成団体の協力による健康講話や調理実習等を行う「花咲く長寿レシピ講習会」を一般公募型を含め9回開催した。
- レシピ普及に向け「花咲く長寿レシピ集」の作成・配布を行った。



【花咲く長寿レシピ集(A5、12P)】

事業効果

- 目標（5レシピ）を上回る11レシピを開発した。
- 佐久市内飲食店5店舗と協力開発した5レシピのうち、4レシピはセットメニューとして各店舗で、1レシピは2店舗で展開（4店舗は新規店舗）し、好評を得ている。企業と連携し開発した健康食弁当（花咲く長寿弁当）は佐久地域の様々なイベントで販売し、好評を得ている。各レシピ・セットメニューを掲載したレシピ集や動画化した3レシピはホームページで公開している。
- 地域に向けた普及活動「第4回みんなでつくろう！長寿の里」は382名、「花咲く長寿レシピ講習会」は162名と目標を大きく上回る参加があった。イベント開催後は佐久市内外の方から問い合わせや視察依頼・調理報告をいただき、おいしい健康食の広がりを実感している。また、新規飲食店等からのレシピ開発要望や花咲く長寿レシピ講習会の開催要望があり、更なる展開が期待できる。

工夫・苦労した点、課題、今後の取組など

現在のプロジェクト団体をベースに、佐久地域の飲食店や県内外の関係団体との連携を視野に入れ、おいしい健康食「花咲く長寿レシピ」の開発を発展的に実施する。

地域への普及については、活動を発展・継続させるため、地域イベントへの参加やイベントの開催、新規対象者への講習会を実施し、健康食のブランド構築に取り組む。

【選定のポイント】

高齢者を含む多世代を対象とした「飲食店で活用できる健康食メニュー（花咲く長寿レシピ）」や、企業と連携した「健康食弁当」の開発に取り組み、特に「花咲く長寿レシピ」は実際に飲食店で提供され好評を得ている。

レシピの開発要望やレシピ講習会の開催要望が予想以上に寄せられる等、事業効果に広がりが見られる。また、当団体が行う食や運動などの健康長寿に関連する取組との相乗効果が期待できる。

団体名	一般財団法人日本農村医学研究会 日本農村医学研究所（佐久市）	事業タイプ	ソフト事業
連絡先	0267-82-2485	事業費	3,465,580円
ホームページ	http://chouju-saku.jp/	支援金額	2,599,000円