プレスリリース

令和８年 11 月 24 日
山形県病院事業局
山形県公立大学法人

報道関係者　各位

～山形県立米沢栄養大学・山形県立病院栄養管理部門連携事業～
減塩でもおいしく食べられるメニューを県民の皆様へ
学生と県立病院が連携して考案した「山形おすすめレシピ第 10 号」を公開します

県立４病院（中央・新庄・河北・こころの医療センター）の栄養管理部門と山形県立米沢栄養大学の学生は、平成 27 年度から連携して“学生コラボ・おいしい減塩メニュー”を考案しています。

このたび、今年度考案メニューを「山形おすすめレシピ第 10 号」としてとりまとめましたのでお知らせします。一般の御家庭でも減塩に配慮しながら手軽に調理できる内容となっておりますので、県民の皆様に広く御活用いただけるよう、周知に御協力くださるようお願いします。

記

１　事業の概要

山形県民の食塩摂取量が全国平均を上回っている状況を踏まえ、減塩（１食当たりの食塩相当量が２ｇ未満）でもおいしく食べられるメニューを考案しています。考案したメニューを広く県民に向けて発信することで県民の健康づくりを推進するとともに、管理栄養士を目指す学生の実践的な学びの機会になっています。

２　メニューの概要

【タイトル：鶏肉と彩り野菜の味わい膳】
- 鶏肉と野菜のみぞれ炒め
- カレー風味コールスロー
- かぼちゃのごまミルク煮

【ポイント】
- 身近な食材を使用し、減塩でも満足感が得られるよう工夫したメニューです。
- とろみや香辛料、ごまの風味などを活用し、塩分を控えながらもおいしく食べられることが特徴です。

【その他】
- 令和８年９月 16 日に、各県立病院で入院患者の皆様に提供しました。



「山形おすすめレシピ第 10 号」

３　公開方法

県、県立４病院及び県立米沢栄養大学のホームページに掲載します（ダウンロード可）。
（山形県ホームページ）
URL：https://www.pref.yamagata.jp/550001/reshipi20220302.html

【担当】
山形県公立大学法人（山形県立米沢栄養大学）事務局
法人企画主査　髙橋　電話：0238-93-2932
山形県病院事業局県立病院課 運営企画担当 横尾 電話：023-630-2413
（広報監：病院事業局長　髙梨 和永）