

報道関係者各位

環境に配慮した取組の登録も開始！第9回認証店舗・事業所が決まりました
「健康な食事（通称：スマートミール）・食環境」認証制度



「健康な食事（通称：スマートミール）・食環境」認証制度では、9回目となる今回新たに加わる53の店舗と事業所が決まりました！

また今年度より、持続可能な環境に配慮した取組等の新たな基準による登録が始まりました。これは、地元野菜、旬の食材、持続可能な方法で生産・収穫された食材の使用、食品ロス削減、省エネ・省資源といった取り組みを行っている事業者が自己申告により登録されるもので、今回20事業者が登録されました。サステナビリティ経営が注目される昨今、こうした食環境の整備は人財確保や企業価値向上にもつながると期待がされています。注目の10事業者をピックアップしてご紹介します！

公式ホームページ <https://smartmeal.jp/>

ピックアップ事業者 概要



持続可能な環境に配慮した取組等の新たな基準による登録事業者

外食部門 3事業者		
トヨタ自動車株式会社 レストラン クレアル	愛知県	事務本館にあり誰でも利用できる。雑穀ご飯など精製度の低い主食を選べる
一般社団法人 新潟県労働衛生医学協会	 新潟県	環境基準登録。健診センターで提供される弁当に地元食材や郷土料理を採用
シーサイドホテル 舞子ビラ神戸 日本料理 有栖川	兵庫県	神戸市垂水区の「たるみ SIO6」プロジェクトによる減塩メニュー。神戸学院大学と垂水区保健福祉課のサポートで誕生

中食部門 3事業者		
Free Dining Food チムチム 	北海道	環境基準登録。各国料理の要素を取り入れたバラエティ豊かな日替わりメニューに地元素材を使用
Cafe Agora 	山口県	環境基準登録。地元産の野菜を使用 県健康福祉部健康増進課がサポート
株式会社イトーヨーカ堂	東京都	産学官連携による商品開発で、子育て中の女性や有職女性に向けたもの。 相模女子大学と江戸川区と協業
給食部門 4事業者		
阪急うめだ本店 12階従業員食堂	大阪府	食塩の摂りすぎに配慮し、減塩調味料も設置。十八穀入りご飯やフルーツを提供
スズキ株式会社 	静岡県	環境基準登録。自社農園で栽培した野菜も使用し、料理を提供
JR九州ホテルズアンドリゾーツ株式会社 長崎マリオットホテル	長崎県	定食には雑穀ご飯も選択でき、量の調整が可能。週に3回以上、魚料理を提供
日本郵政株式会社 本社	東京都	弁当の主食は十六穀米など3種からが選択でき、週3回以上魚の主菜を提供

種別 / 店舗名	外食-1 トヨタ自動車株式会社 レストランクレール
場所	愛知県豊田市トヨタ町 1 番地 トヨタ自動車事務本館 1F
認証メニュー名	日替わり定食 豚肉とろろの麦飯丼、たらの香草パン粉焼き、タコライス、ほか



トヨタ自動車事務本館1階にあり、誰でも利用できる。日替わり定食で、主食は、麦ご飯、玄米ご飯など、精製度の低い主食を日替わりで提供している。

種別 / 店舗名	外食-3 シーサイドホテル舞子ビラ神戸 日本料理有栖川
場所	兵庫県神戸市垂水区東舞子町18-11
認証メニュー名	有栖川弁当



「たるみ SIO6」は、塩分摂取量を1日6g未満にすることを目標にしたプロジェクト。垂水区の健康課題である高血圧と、重症化により発症する脳出血を予防するために、対策を実施している。



有栖川

ご予約・お問い合わせは
☎ 078-706-3711
前日までにご予約ください

神戸学院大学 栄養学部

管理栄養士
監修

¥3100円
(税込)

鶏のオレンジソース煮、
付け合せ、焼き浸し、
カレー風味ポテトサラ
ダ、さきいかの酢の物、
炊き込みご飯、きんぴ
らごぼう、あおさのだ
し巻き卵、大根漬け、
和風スープ、鮭のしば
漬けタルタル焼き、水
菜の胡麻和え、柚子リ
ンゴ羊羹、ストロベ
リー羊羹

神戸市垂水区保健福祉部 /
たるみSIO6プロジェクト推奨

有栖川弁当



たるみSIO6とは？



このお弁当には、
日本高血圧学会
減塩・栄養委員
会が審査・認定
する減塩食品を
使用しています



第9回スマートミール
認証に申請中

栄養成分 エネルギー599kcal、
たんぱく質22.1g、脂質18.5g、
炭水化物77.9g、食塩相当量2.3g、
野菜の量127g、(スマートミール
の「ちゃんと」の基準に適合



種別 / 店舗名	中食-1 Free Dining Food チムチム
場所	北海道札幌市中央区南3条東1丁目1-3 サンローゼ札幌 1F
認証メニュー名	日替わり弁当

free dining food

チムチム

申請中!!

毎日違うチムチムの日替わり弁当 スマートミールに申請中です!



月・火・木は幕の内



水曜日はどんぶりの日



金曜日はカレーの日

POINT

チムチムの日替わり弁当は毎日違うアプローチですが全てスマートミールの「ちゃんと」に該当するレシピで提供。ご飯180gを基準に、お肉、お魚、豆類、野菜をしっかり摂取できる内容となっております。

Smart Meal
スマートミール

とは? 健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。つまり一食の中で、主食・主菜・副菜が揃い、野菜がたっぷり食塩のとり過ぎにも配慮した食事のことです。

チムチムの日替わり弁当はスマートミールの基準（ちゃんと 450～650kcal 未満）を満たしています。栄養バランスを考えて「ちゃんと」食べたい一般女性向けのお弁当です。

※ 日本人の食事摂取基準（2025年版）に掲載された一日の推定エネルギー必要量の1/3量を適正として考えた場合の例です。必要なエネルギー量は個人によって、また日々の活動量によって異なります。体重や体脂肪の変化をみながら、食事の選択を調整しましょう。

※ スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。

また、現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

店主は若くして糖尿病を患ったことをきっかけに栄養学に興味を持ち、バランスが整った食事を選択できる必要性を感じるようになり、予防医学の視点で健康メニューを提供している。



メニュー例：鯖の味噌煮山椒香るおろし添え

種別 / 店舗名	中食-2 Café Agora (カフェ アゴラ)
場所	山口県光市島田4丁目13-15
認証メニュー名	ヘルシーBOX

Café Agora

ご予約・お問い合わせはこちらまで
☎ 0833-48-5022



← Instagram



HP →

ヘルシーBOX /おすすめ/

¥1,000 (税込)

申請中



Smart Meal
スマートミール

雑穀米 ハンバーグ ローストポーク
卵やき きんぴら きなこカボチャ
キャロットラペ きつねピーマン



エネルギー：589kcal たんぱく質：23.8g 脂質：16.8g 飽和脂肪酸：3.9g
炭水化物：76.1g 食塩相当量：2.9g 野菜等重量：144g

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。
スマートミールとは？ 一食の中で、**主食・主菜・副菜**が揃い、**野菜**がたっぷり
食塩のとりすぎにも配慮した食事のことです。

◆栄養バランスを考えて「**ちゃんと**」食べたい一般女性の方向け◆
このお弁当はスマートミールの基準(ちゃんと 450~650kcal未満)を満たしています。

スマートミールに関する情報はこちらから！→



※スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。また、現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

山口県 光市民ホール内にある。店名の Agora (アゴラ) は、人が集まる所、という意味。カフェも運営しており、地元山口の米と無農薬・減農薬野菜も使った料理を提供している。

種別 / 店舗名	中食-3 株式会社イトーヨーカ堂
場所	イトーヨーカドーアリオ葛西店 江戸川区東葛西9丁目3-3 イトーヨーカドー小岩店 江戸川区西小岩1丁目24-1
認証メニュー名	応援弁当 (2025/8/9販売開始)

相模女子大学 x イトヨカド x 江戸川区

昨年完売のお弁当が帰ってきた!

夏野菜のマリネ

ホクホクじゃがいものマヨネーズ焼き

ミックスビーンズの甘煮

特製小松菜ふんわりソース

ロコモコ江戸川風

半熟ゆで玉子

小松菜たっぷりご飯

おろし海老とカラフル野菜のガーリック炒め

応援弁当 754円 (税込)

期間限定 8/9(土)~8/11月

イトーヨーカドーアリオ葛西店・小岩店のみで販売!

食事の量も質も味付けもぴったりなお弁当を作りました。

2025年スマートミール認証を取得しました。

江戸川区とイトーヨーカ堂と相模女子大学の

コラボ弁当です。

相模女子大学管理栄養学科の学生がメニューを考えました!

応援弁当プロジェクト

応援弁当ができるまで & 食べたあなたへ伝えたいこと

なぜ?

~弁当の開発にいたった背景~

江戸川区の20~30代の女性は、バランスが良い食事と言われる「主食・主菜・副菜のそろった食事」の頻度や野菜の摂取量が、他の年代に比べ少ない、といった食生活に心配な点があります。これは、仕事や子育てに多忙で、自分の食事を後回しにしてしまう、そんな頑張り気持ちは要因の一つと考えられます。

しかし一方で区民の約半数が「食生活に問題がある・改善したい」と考えています。そこで、中食の利用率が東京23区の中でもトップクラスの江戸川区の特徴を活かし、本弁当で、頑張る皆さまを応援するプロジェクトを企画しました!

誰が?

~弁当に関わっている人々~

江戸川区と関わりが深い、イトーヨーカ堂と相模女子大学が江戸川区と手をつなぎ、本弁当は生まれました。弁当の「商品化」には武蔵野フーズや生産者の方々、「販売」には、各店舗スタッフの皆さんのご協力を得て、実現しました!

誰の、何のために?

~弁当に込めた想い~

特に、日々子育てに忙しい世代の女性の方々、そして日々充実しながらも忙しく働く女性の方々が、「楽しんで食べる♥」ことを通じて、心も体もより美しく、さらに楽しく自分らしいライフスタイルを実現していくきっかけになることを目指しています。

どのように?

~弁当の特徴~

本弁当は、「量」も「質」も「味」も食べる人にとってぴったり。一食の中で、主食・主菜・副菜がそろい、野菜がたっぷり、食塩のとり過ぎにも配慮した弁当になっています。さらに、江戸川区の特産品「小松菜」、姉妹都市ハワイの料理「ロコモコ」を盛りこみました!

江戸川区・イトーヨーカドー堂・相模女子大学が、昨年連携協定を締結した「E.I.S (EAS) 健康弁当プロジェクト」に基づき、江戸川区民に向けた食環境整備を目的として開発した商品。
事前予約制：受取日の7日前までに、ご予約ください。100食から承ります。

種別 / 店舗名	給食-1 阪急うめだ本店 12階従業員食堂
場所	大阪市北区角田町8-7
認証メニュー名	スマートミール定食



管理栄養士監修
スマートミール

スマートミールとは、健康に資する要素を含む栄養バランスのとれた食卓の通称です。
スマートミールの基準は「ちゃんと」と「しっかり」の2つ。
不明な点は食堂管理栄養士まで、お気軽にお声がけください。

スマートミール 1食あたり基準	食品等	「ちゃんと」の基準 45g~65g(水分除去) 女性や中高年男性の方向け (飯の割合) 150~180g/日目安	「しっかり」の基準 67g~85g(水分除去) 男性や若年男性の方向け (飯の割合) 170~220g/日目安
主食	飯、パン、めん類	60~120g/日目安	90~150g/日目安
主菜	魚、肉、卵、大豆製品	140g以上	140g以上
副菜	野菜、きのこ、海藻、いも	3.0g未満	3.5g

管理栄養士の
おすすめ **スマートミール**

本日は十八穀米です
白ごはんをご希望の方はお申し付けください

定食 B

春雨と野菜の坦々風炒め
530円
エネルギー 630 25.3 19.6 89.0 3.3 209
たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 鉄分 食物繊維

Vegetable **野菜** 1/2日分

鉄分 Fe 1/3日分

fiber 食物繊維 1/3日分

毎日スマートミールが選択できるようになっている。精製度の低い雑穀ご飯や、減塩に向けた推奨、果物の提供など、食べる人への説明も丁寧にされている。(株)ハートダイニング運営。

種別 / 店舗名	給食-2 スズキ株式会社
場所	※従業員専用施設 浜松市中央区高塚町 300
認証メニュー名	スマートミール定食



食堂内に栄養や健康に関する情報を掲示したり、管理栄養士による相談を受け付ける活動をする他、自社農園の果物や野菜を使用している。グリーンホスピタリティフードサービス（株）運営。

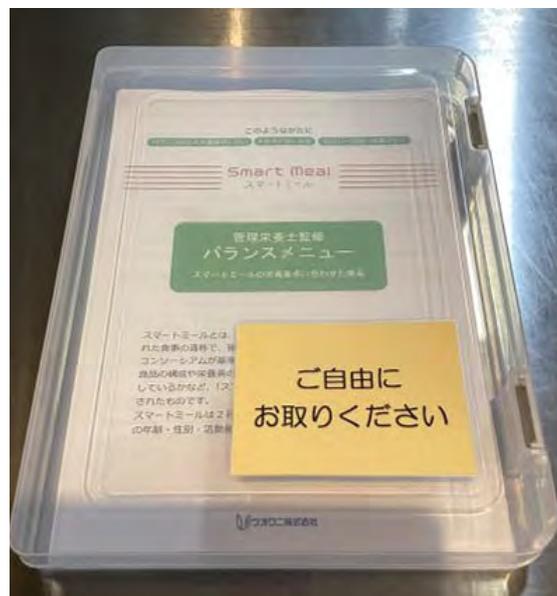


種別 / 店舗名	給食-3 JR九州ホテルズアンドリゾーツ株式会社 長崎マリオットホテル
場所	長崎県長崎市尾上町1-1
認証メニュー名	管理栄養士監修 バランスメニュー



雑穀入りご飯の量を調節できる表示や、魚メニューを積極的に取り入れるなどを実施。料理サンプルと一緒にスマートミール基準を提示する他、パンフレットも常設している。

ウオクニ（株）運営。



種別 / 店舗名	給食-4 日本郵政株式会社 本社
場所	千代田区大手町2丁目3-1
認証メニュー名	まごわやさしい弁当



誰でも簡単に栄養バランスを覚えることができるよう、取り入れたい食材の頭文字の語呂合わせ「まごわやさしい」を弁当名に使用。

精製度の低い穀類（十六穀米、鮭フレーク麦ご飯等）の主食と、「まごわやさしい」の食材を取り入れた主菜副菜を組み合わせて全10種類を用意。日替わりで提供することで食べ飽きないように工夫している。

(株) 東急グルメフロント運営

申請中 Smart Meal スマートミールの基準で提供!

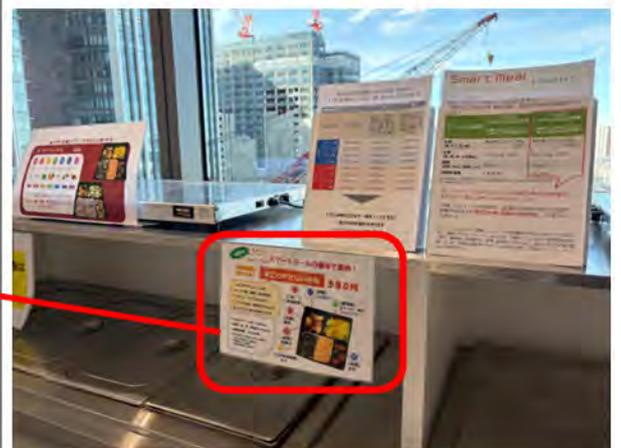
管理栄養士 おすすめ! まごわやさしい弁当 **580円**

「まごわやさしい」とは、タンパク質、脂質、炭水化物、ビタミン、ミネラルなどのバランスの良い食事をするために取り入れたい食材の頭文字です。

☆エネルギー 620~850Kcal
 ☆野菜、茸、芋、海藻が140g以上
 ☆食塩相当量 3.5g未満
 ☆PFCバランスがとれています
 P:タンパク質13~20%E
 F:脂質20~30%E
 C:炭水化物50~65%E

(ごま) ごま味噌煮
 (芋類) 里芋
 (豆類) 厚揚げ
 (わかめ海藻類) のり
 (茸類) しいたけ
 (野菜類) キャベツ・南瓜・ブロッコリー
 (魚類) さけ

- ・メニュー提供場所にポスターを掲示
- ・ポスターには「管理栄養士おすすめ」と表示



本制度は、2018年4月よりはじまり、外食・中食・事業所給食を対象にしたものです。厚生労働省の「日本人の長寿を支える『健康な食事』のあり方検討会」報告を受け、平成27年9月に健康局長通知として示された「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」をふまえて複数の学術団体で独自に基準を設定して認証を行っています。



スマートミールの基準

スマートミールの基準		ちゃんと	しっかり
		450~650kcal未満	650~850kcal※ (八訂の場合、620~850kcal)
		☆栄養バランスを考えて「ちゃんと」食べたい 一般女性の方向け	☆栄養バランスを考えて「しっかり」食べたい 男性や女性の方向け
主食	飯、パン、めん類	(飯の場合)150~180g(目安)	(飯の場合)170~220g(目安)
主菜	魚、肉、卵、大豆製品	60~120g(目安)	90~150g(目安)
副菜	野菜、きのこ、海藻、いも	140g以上	140g以上
食塩相当量		3.0g未満	3.5g未満



持続可能な環境に配慮した取組等の基準

【外食・中食部門】	【給食部門】
① スマートミールメニューにおいて、地元の食材を用い、それを表示している	① 事業所（食堂）で提供する食事に、地元の食材を使っている
② スマートミールメニューにおいて、持続可能な方法で生産・収穫された食材を用い、それを表示している	② 事業所（食堂）で提供する食事に、旬の食材を使っている
	③ 事業所（食堂）において、持続可能な方法で生産・収穫された食材を使用し、そのことがわかるように表示している
上記の①、②のうち、1つ以上。 ただし、チェックした項目の内容を表示（情報提供）することは必須となっています。	上記の①~③のうち、1つ以上。 ただし、チェックした項目の内容を表示（情報提供）することは必須となっています。
③ 店舗や事業所において食品ロス削減に取り組んでいる	④ 事業所（食堂）において食品ロス削減に取り組んでいる
④ 店舗や事業所において省エネ・省資源に取り組んでいる	⑤ 事業所（食堂）において省エネ・省資源に取り組んでいる
上記の③、④のうち、1つ以上。	上記の④、⑤のうち、1つ以上。
①~②、③~④のそれぞれ1つ以上（計2つ以上）あてはまった場合、環境マークを付与します。	①~③、④~⑤のそれぞれ1つ以上（計2つ以上）あてはまった場合、環境マークを付与します。
	留意事項：給食部門においては、事業所給食で持続可能な環境に配慮した取組み等を推進するため、スマートミールに限定せず提供している全ての食事を対象とする。

審査・認証は、栄養および生活習慣病関連の複数学協会から構成される「健康な食事・食環境」コンソーシアムが担当しています。

健康な食事・食環境
コンソーシアム認証審査
委員会の参加団体

日本栄養改善学会 日本がん予防学会 日本給食経営管理学会
日本健康教育学会 日本健康経営研究会 日本高血圧学会
日本公衆衛生学会 日本腎臓学会 日本糖尿病学会
日本動脈硬化学会 日本肥満学会 日本補綴歯科学会

本事業のねらいは、栄養バランスの良い食事を選択しやすい環境を整えることで、生活習慣病予防、高齢期のフレイル予防につなげ、日本人の健康寿命の延伸に寄与することです。企業が進める健康経営を、食生活の面から応援しております。

第10回の応募期間は2026年1～2月です。
詳しくはスマートミール公式HPでご案内しますので、
飲食事業者の皆様はお気軽にお問合せ下さい。ご相談もお受けします。

<https://smartmeal.jp/>

一般社団法人健康な食事・食環境 コンソーシアム事務局
〒350-0288 埼玉県坂戸市千代田 3-9-21
女子栄養大学食生態学研究室内
担当；土屋

TEL/FAX：049-282-3721 E-mail：contact@smartmeal.jp