

# 地域の健康のために

～平和堂ならではの地域密着ライフスタイル総合(創造)企業を目指して～

平和堂グループは、地域密着のライフスタイル総合(創造)企業として、安全で安心で、楽しく健康的な生活の創造のため、様々な取組みを行っています。地域の健康の実現のために、誰もが笑顔に暮らせるまちづくりを目指して、グループ全体での取組みを詳しくご紹介いたします。



## 「美と健康」をテーマとした体験・相談型イベント

### 「美と健康フェア」 「ハッピーライフフェア」開催

平和堂では、地域の皆様が「健康寿命の延伸」を目指し活力のある生活ができるよう、イベントを通して健康増進を提案しています。その一環として、お客様の「美」と「健康」の様々なお悩みにお応えするイベントを開催しており、2018年度は5会場で開催しました。

また、このイベントでは自治体や地域団体にも参画いただき、地域ごとの健康課題解決への啓発にも取り組んでいます。2018年度は新たに草津市、多賀町、看護協会と連携を取り、現在は6市町・1団体の皆様にご協力いただいています。

参加者数  
(5回開催)  
約 **4,000** 名  
2018年度実績



▲美容と健康の体験会・相談会に数多くのお客様が参加されました

#### ■協力いただいている自治体・地域団体

参加市町	自治体・地域団体	健康イベント参画内容
京都府 (宇治市)	健康生きがい課	宇治市オリジナル体操(うー茶んサンバDE体操)運動啓発
	うー茶ん連絡会	紙のおべんとうづくり・栄養・食生活の啓発 カムカムチェック・口腔の健康啓発
京都府 (京田辺市)	健康推進課	ニュースポーツ体験による身体運動の啓発
	スポーツ推進課	(囲碁ボール・カローリング)
滋賀県 (彦根市)	健康推進課	歩幅チェックによる身体運動の啓発
	ひこね元気クラブ21 医療福祉推進課	味覚チェック・野菜計量体験による栄養・食生活の啓発 彦根市オリジナル体操(金亀体操)運動啓発
滋賀県 (甲賀市)	すこやか支援課	健康相談会、ロコモチェックでの手軽な運動紹介
	スポーツ推進委員会	甲賀市オリジナル体操(世界にひとつだけの体操)運動啓発
滋賀県 (草津市)	健康増進課	食育啓発
	健康推進委員	草津市オリジナル体操(くさつ健康はつらつ体操)運動啓発
滋賀県 (多賀町)	福祉保健課	健康相談会
	税務住民課	滋賀県健康推進アプリの使用啓発
	健康推進協議会	野菜計量体験による栄養・食生活の啓発
滋賀県	看護協会	血糖値・血圧測定、ストレスチェック
	健康寿命推進課	健康的な生活習慣の啓発

#### ■活動概要(2018年)

開催場所	開催日
アル・プラザ草津	3月30日～ 4月 1日
アル・プラザ宇治東	5月25日～ 5月26日
アル・プラザ京田辺	8月17日～ 8月18日
ピバシティ平和堂	9月 7日～ 9月 9日
アル・プラザ水口	10月 5日～10月 6日

## 滋賀県との連携

### 「健康しがマルシェ2018」開催

全国平均寿命で滋賀県が男性1位、女性4位となったことに関連し、ピバシティ彦根において「健康しがマルシェ2018(主催:滋賀県)」が2018年11月18日に開催されました。身体にいいものや、身近な運動などを紹介するブースの出展、三日月滋賀県知事とお笑いコンビ・ファミリーレストラン、平松社長によるトークショーなどが行われました。滋賀県民一人ひとりが輝ける健やかな滋賀の実現に向け、滋賀県と連携しながら健康に関する取組みを行っています。



▶「身体にいい」商品を陳列

◀(中央)三日月滋賀県知事、平松社長

来場者数  
約 **200** 名  
2018年11月開催



## 地元医療機関との連携

### 「地域の健康度UPの取組み(平和堂グリーンプラザ店)」

グリーンプラザ店のクッキングサポートでは、地域の健康づくりに貢献する目的で地元診療所の協力のもと「健康相談会」を実施しています。2か月ごとにテーマを設定し、最初の月は院長の講義を、翌月は診療所の管理栄養士と考案した食事メニューをクッキングサポートで提案しています。

これまで骨粗しょう症予防や熱中症予防、減塩生活、ダイエットと日頃気になる健康をテーマに簡単な体操も組み合わせ合わせて実施し、多くのお客様にご参加いただきました。



▲講義風景



▲食事メニュー提案風景

## 「VOICE」メンバーの声

地域の皆様のお役に立ち、楽しんでいただきたい。

地域の方々と協力しながら食を通してふれあい、地域の皆様の健康に役立つお仕事ができました。今後も地域の皆様がいつまでも健康でいられるようにサポートしていけたらうれしいです。

グリーンプラザ店 戸田 千恵



参加者数  
(4テーマ開催)  
**84** 名

## 健康イベント

### 「MANPO de ウォークラリー」開催(平和堂坂本店)

2018年12月にリニューアルオープンを迎えた坂本店では、多層階という特徴をいかしてウォークラリーイベント「MANPO de ウォークラリー」を始めました。60歳以上のお客様を対象に、チェックポイントでスタンプを押しながら店内を歩いてもらい万歩計の歩数を蓄積。毎月15日と月末に集計し、歩数に応じて景品がもらえるという企画で、定期的にウォーキングすることでイキイキ元気に過ごしてもらうことを目的としています。



▲スタンプポイント

## 地域の皆様の健康をサポート

### 「エニタイムフィットネス」オープン(平和堂グループ(株)ダイレクト・ショップ)

全世界に4,000店舗を展開する24時間営業、マシン特化型スポーツジム「エニタイムフィットネス岐阜長森店」がフランチャイズとしてオープン。好きな時に、自分のペースでトレーニングができ、目的別のトレーニングメニューもあるため、効果的に運動ができる施設です。

地域の皆様の健康維持の役割を担っていくことを目的に、お買い物の際に気軽に立ち寄っていただける地域に密着した施設を目指しています。



▲トレーニングマシン



◀店舗内の様子

お客様の毎日の生活をサポート

## 地域の健康に寄り添う 「フレンドマート健都店」

2018年11月17日(土)、北大阪健康医療都市(愛称:健都)として「健康」と「医療」を中心としたまちづくりを推進する再開発事業「JR岸辺駅ビル開発」プロジェクトの複合商業施設「VIERRA岸辺健都」1階に「フレンドマート健都店」をオープンしました。

同店舗では「健都スモークフリー運動」に賛同し、タバコを販売しないほか、「健康」を意識した商品「くらし、すこやかHealthy」を従来店舗の約2.6倍にあたる670アイテム以上取り揃えています。

### くらし、すこやか Healthy

健康を意識した「くらし、すこやかHealthy」商品としては、「かるしお®」「減塩」「糖質オフ」「低カロリー」「特定保健用食品」「オーガニック」「無添加」「腸活」「からだ想い」「デリバランス」の10テーマを選定し、ロゴマークを取り付けて展開しています。



### 【VOICE】スタッフの声

#### 地域の「健康」のために

健康と医療を中心としたまちづくりを推進する地域であることから、健康ニーズにお応えできるラインナップを揃えています。また、お客様にプラスアルファの気持ちを含めて、商品の提案を行っています。お客様に寄り添い、地域の健康を担う店舗を目指してまいります。

フレンドマート健都店 店長 麻川 洋



## クッキングサポート

毎日の料理のお手伝いから、簡単、美味しいをキーワードにした料理メニューをお客様にご提案。加えて、定期的に管理栄養士も交えた食育イベントを開催し、健康な食生活のサポートにも注力しています。



### 1 健康に特化したメニューのご提案

隣接する国立循環器病研究センター(2019年7月移転予定)が推奨する「かるしおレシピ」を再現し実演。「減塩」を意識したレシピや、素材の味を活かした「うま味」に注目したレシピを、調理の工夫や味付けのポイントも含めて実演しながらご紹介しています。「かるしお八方だし」や「かるしお万能だし酢」を使ったレシピは特に反響をいただいています。

### 2 クッキングサポートと連動した品揃え

「かるしお®認定」された商品や減塩や糖質オフ、グルテンフリーなどのアレルギー対応食品などに加え、食と健康に特化した書籍も取り扱い、健康な食生活の応援を続けています。



▲書籍もラインナップに加えています

#### かるしお®とは

国立循環器病研究センターがすすめる「塩をかるく使って美味さを引き出す」という減塩の新しい考え方です。認定商品も100以上となっています。



様々なアイテムを厳選しています

## 「健康」商品ラインナップ

フレンドマート健都店では低糖質、特定保健用食品、オーガニックなど産地や原料の他、製法や味などにもこだわり、毎日取り入れやすい商品からライフスタイル提案まで、ヘルシーライフを応援する商品を取り揃えています。これらの商品は、一部の平和堂店舗でも取り扱っています。

### かるしお®



国立循環器病研究センターが認定する「かるしお®」商品を数多く取り揃えています。また、クッキングサポートのメニューと連動した紹介を行っています。

### 糖質オフ・低カロリー



豆腐を使ったヘルシー惣菜など、簡便食材でも糖質やカロリーを意識した商品が揃っています。

### グルテンフリー



小麦たんぱくを含まない商品を揃え、アレルギーはもちろん、美容や健康もサポートします。

### 特定保健用食品



血圧、血中のコレステロールなどを正常に保つことを助けたり、おなかの調子を整えたりするのに役立つなど、特定の保健への効果が期待できることを表示した食品です。

### 腸活



腸内環境を整える効果が期待できるヨーグルトや食物繊維たっぷりのさつまいもなどを揃えています。

### 無添加



砂糖や人工甘味料を使わない、自然志向の甘さでおいしいジュースをはじめ、添加物や化学合成品を使わない食品を揃えています。

### オーガニック



有機栽培で育てられた野菜や、赤身で栄養価が高く、健康ブームの広がりとともに人気が高まってきた「グラスフェッドビーフ(牧草飼育牛)」などが揃っています。

### からだ想い

ブロッコリースプラウト・低カリウムレタスなど



栄養価や食べやすさを高めた、からだにやさしい話題の商品を取り揃えています。

### ファイトリッチシリーズ

オランジェ(人参)・弁天丸(ほうれん草)など



タキイ種苗が開発した機能性成分を豊富に含んだおいしい健康野菜シリーズです。