

北海道大学病院から発信！国民の“いつのまにか減塩”食をめざして ～食のブランド北海道が提案するSDGsをめざした低塩ロールパンの販売～

【概要】

日本人の食塩摂取量の目標量は、成人男性 7.5 g 未満、女性 6.5 g 未満（日本人の食事摂取基準 2020 年版）ですが、令和元年（2019 年）の国民健康・栄養調査では、日本人の食塩摂取量の平均値は、成人男性 10.9 g/日、成人女性 9.3 g/日と上回っています。

入院患者さんのお食事や栄養食事指導において、塩分制限、減塩指導を行う中で、主食をパンとする際に問題となるのが、パンに含まれる食塩の量です。今や日本人の主食の摂取量ナンバー2 となった「パン」ですが、実はナンバーワンの「米飯」の食塩相当量が 0 g であるのに対し、食パンは 100g あたり 1.3g（日本食品標準成分表 2020 年版より）となります。そのため病院食では、食塩制限のある患者さんのパンの提供機会が少なくなっているのが現状です。

海外に目を向けると、WHO（世界保健機関）では食塩摂取量は 5 g 未満が指針とされています。また、イギリスでは、食品業界の取り組みとして、国民の主食であるパンの食塩を徐々に減らし、脳卒中などの梗塞性疾患の低減につながる成果をあげ、他国でも試みが行われています。

この取り組みを参考に、北海道大学病院栄養管理部では、2019 年に北海道大学 COI『食と健康の達人』拠点^{*1}において、子どもも大人も高齢者も、そして疾患のあるかたも、おいしく“いつのまにか減塩”、さらには SDGs/一人ひとりに最適な「食」の新しい価値を目指し、無塩パンのレシピ開発を開始しました。

食塩を使わないことにより不足する食感や味を補完するため工夫を重ね、北海道産の小麦粉「春よ恋」と全粒粉を使用した「おいしい無塩パン」レシピが完成しました。このレシピを応用し、北海道岩見沢市のブラッスリーにて岩見沢産小麦「キタノカオリ」を使用した「SALTO(そるとぜろ)食パン」を開発、販売を開始しました。2021 年には動画サイト YouTube チャンネル「おいしい！北大病院レシピ」^{*2}にて、無塩パンの展開拡大のためレシピを公開しました。

さらなる普及のためには様々な業界を巻き込んでいかなければと考え、誰もが利用する大手コンビニエンスストア、製パン業者とのコラボレーションによる開発を試みました。試作に試作を重ね、このたび、北海道大学病院、株式会社ローソン、日糧製パン株式会社とともに「塩を加えずに焼き上げたロールパン」の販売を実現することができました。

今後の展開として、「生涯にわたって、美味しい食事を楽しみたい」を目標に、パンが好きでも飲み込みにくさのため食べるのを控えている嚥下障害や高齢者の方でも食べられるパンをめざし、北海道大学工学部、農学部、北海道大学病院と共同研究で、開発手法と食のセンスを生かした北大ブランドの「美味しく食べやすい」“Ja（ジャ）パン”についても開発、取組み中です。

「食の SDGs」「国民の“いつのまにか減塩”食」の取り組みが広がっていくことをめざしています。

【パン概要・特長】



●商品名：塩を加えずに焼き上げたロールパン

●内容量：2個

●栄養成分（1個（45g）当たり）

・エネルギー 165kcal ・たんぱく質 3.9g ・脂 質 6.7g
 ・炭水化物 22.9g ・糖 質 21.8g ・食物繊維 1.1g
 ・食塩相当量 0.09g

●特長：

食塩を使わずに仕込んだ全粒粉入り生地を、ふんわり焼き上げました。おいしさへのこだわりとして、北海道産小麦を小麦粉全体の87%使用しています。通常のロールパンは、同量1個当たり食塩を0.54g含みますが、このパン1個あたりの食塩相当量は0.09gと一般的なロールパンよりも約80%カットしています。

パンは様々なシチュエーションに合わせて、ご飯と置き換えて副食とともに、あるいはサンドイッチやデザートにも利用できます。おいしく、気がつかないうちに減塩までできる仕様となっています。幼児からZ世代～高齢者まで幅広い世代に、そして食塩が気になる方にも選んでいただきたい商品です。

【本企画に参加した共同開発者】

団体名	事業概要	本社所在地	本企画への参加内容
日糧製パン株式会社	パンの製造	札幌市豊平区月寒東（製造：釧路工場）	本院無塩パンレシピを工夫し、無塩を目指したパンの試作、検討、製造を担います。
株式会社ローソン	パンの販売	東京都品川区大崎	製パン会社との調整、パンの販売、促進を担います。
北海道大学 社会・地域創発本部	パンの情報収集	札幌市北区	マーケティングリサーチ、企画支援

※1 北海道大学 COI『食と健康の達人』拠点：COI（センター・オブ・イノベーション）は、文部科学省と国立研究開発法人科学技術振興機構(JST)が実施する産学官連携によって革新的なイノベーションの実現を目指す研究開発プログラムで、北海道大学は平成27年度から本プログラムに採択され令和3年度に終了している。

※2 動画サイト YouTube チャンネル「おいしい! 北大病院レシピ」

https://www.youtube.com/channel/UCemhvoE_x7NUmwt_qVL0omQ



お問い合わせ先

北海道大学病院栄養管理部 熊谷 聡美（くまがい さとみ）

T E L 011-706-5669 F A X 011-706-7615 メール kumasans@med.hokudai.ac.jp

配信元

北海道大学病院総務課総務係（〒060-8648 札幌市北区北 14 条西 5 丁目）

T E L 011-706-7631 F A X 011-706-7627 メール pr_office@huhp.hokudai.ac.jp