

## 健康的な生活を応援する 「ヘルシストスーパーマーケット」に進化します

世界で最も早く高齢化が進む日本にあって、地域の皆様の健康寿命を本気で考えるお店になりたい。そして、「フレスタのある街は、みんなが健康になる」と言っていただけの未来をめざします。



## 「からだデリ」惣菜セット・弁当の開発

全国の国立病院で提供されている減塩・低カロリー・高たんぱくのレシピを基に調理した、栄養バランスが摂れたおいしい食事「からだデリ」の惣菜セット・弁当を販売しています。製造は、(株)フレッシュセブンが担当し、中四国の国立病院機構の管理栄養士の方々に監修いただいております。この商品の特徴は、1食650キロカロリー前後、塩分2.5グラム未満、野菜150～200グラム、たんぱく質15～20グラム、脂質20～25グラムと栄養バランスが良いだけでなく、味と見た目の「おいしさ」にもとことんこだわった食事です。

※「からだデリ」は、全国の国立病院で提供されている献立やレシピに基づく弁当ブランドで、株式会社グローカル・アイが展開しています。グローカル・アイは、全国国立病院管理栄養士協議会の協力のもと献立(レシピ)をデータ化し、事業所へデータ配信を行っています。



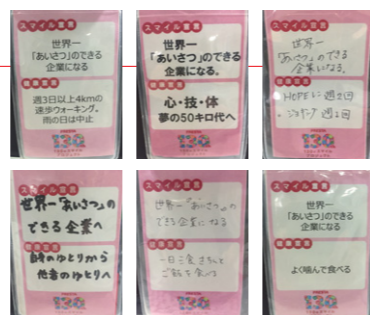
ハンバーグ弁当



鮭のチャンチャン焼き弁当

## 「健康宣言・スマイル宣言」の実施

フレスタグループの全従業員は、健康に関する目標を立て、達成に向け努力する「健康宣言」をしています。従業員が健康の重要性を共通認識として持ち合わせることで、お客さまや地域に貢献できる「ヘルシストスーパー」により近づけると考えています。また、今期創業130周年を迎えることからそのプロジェクトの一環として、「スマイル宣言」を新設しました。お客さま、お取引先さま、仲間に笑顔になっていただけるよう、常に心がけていくことを宣言します。



## フレスタイル宣言

各店舗では、お客さまや地域全体のココロ、カラダをスマイルにするために実行する取り組みを「フレスタイル宣言」として掲げています。その内容は、ホームページやメルマガ、店頭にてご案内しています。



## ひろしま42.195kmリレーマラソン

2016年11月3日に「第3回フレスタ presents ひろしまリレーマラソン」が開催されました。仲間の思いを受け取り、次の仲間につなぐ42.195kmのリレーマラソン。健全なカラダを維持し、ココロのつながりを感じてもらうことを目的としています。今後も、このようなイベントを通じて、地域の皆さまとともに「フレスタのある街はみんなが健康になる」という未来をめざしていきます。



## スマイル体操教室

各店舗において、店舗ご利用のお客さまと社内従業員を対象に、会社提携のスポーツジムのトレーナーを講師として迎え、「スマイル体操教室」を開催しています。「スマイル体操教室」は、1回30分で、お子さまからご年配の方まで幅広い年齢層の方が無理なく気軽に参加できる内容となっており、日々の運動不足・ストレスの解消を目的としています。また、お客さまといっしょに楽しく運動をすることで、お客さまと従業員のコミュニケーションの場としてもご利用いただいております。



## “ここからいきいき健康フェア”の開催

広島市内のフレスタ店舗において、お客さまを対象に“ここからいきいき健康フェア”を開催しています。“健康フェア”は、タウン薬局さまにご協力いただき、「地域の皆さまに健康になっていただきたい」との思いで実現しました。内容は、「体組成」「握力」「血圧」「肺年齢」などの測定コーナーや、「乳がん触診モデル」「減塩味噌汁飲み比べ」「一日分の野菜を測ってみよう」体験コーナーや、「お薬について」「栄養食について」「睡眠について」の相談コーナーなど。この健康フェアをご利用いただくことで、地域の皆さまの健康づくりのきっかけになればと考えています。



## フレスタイソウ

従業員は、朝礼や社内会議等において“フレスタイソウ”を実施しています。この体操は、お客さまと従業員の健康のために考えられたもので、柔軟体操やストレッチの要素を取り入れ、老若男女誰でも簡単にできるような振り付けになっています。今後も“フレスタイソウ”を通して、お客さまや地域の皆さまとコミュニケーションを深めみんなが笑顔で健康になれる体操として親しんでもらえることをめざします。



波出石店  
週に一度、お客さまと一緒に実施しています。

## 「健康寿命の延伸に関する連携協力協定」を締結

広島県が推奨するヘルスケア制度とフレスタが連携しました。ヘルスケア制度とは、広島県が行っている健康ポイント事業で、健康に良いことを実践し、取り組みを「HMネット」※に登録すると、ポイントが貯まり特典がもらえる制度です。この貯まったポイント(ヘルスケアポイント)がフレスタのポイントに交換できるようになりました。

※「HMネット」:広島県と広島県医師会が構築し運営するひろしま医療情報ネットワークの愛称。

