

郡山市民で1日に必要な野菜を摂取できている人は100人中3人!?

(健康づくり・食育に関するアンケートより)

野菜の摂取不足が考えられます。

企業で働く従業員の皆さまの日頃の野菜の摂取状況を確認してみませんか?
野菜摂取量(推定)を把握できる測定機器を利用して、働き世代の方の野菜摂取を応援します! 下記の実施内容を御確認の上、10名以上でお申込みください。(10名未満は要相談)

野菜摂取に取り組む企業(従業員)を募集!

約30秒で野菜の摂取量(推定)を測定!



令和5年度参加していただいた方の

6割以上が推定野菜摂取量向上!

バランスのよい食事を心がける方は

62%から**77%に向上!**

実際に体験した従業員の方の声*



ベジファーストを
心がけるように
なった

野菜を意識して
摂取するよう
になった

塩や糖質の摂り過ぎ
も気を付けるように
している

測定機器: ベジチェック (カゴメ株式会社)

ベジチェックは医療機器ではありません。表示値はあくまでも目安とお考えください。

料金は無料です。

実施内容



食生活の話
(45分)

ベジチェック測定
(1回目)

野菜の摂取を意識
した食生活の実践

ベジチェック測定
(2回目)

野菜摂取の内容をメインにバランスのよい食事、減塩等のお話をさせていただきます。

※講話時間について短縮を希望される場合はご相談ください。

野菜の摂取量(推定)を測定します。
※簡単なアンケート(事前)をさせていただきます。

★ベジチェック測定の際は、3日~1週間程度ベジチェックを設置させていただきます。

★ベジチェックの測定のみを希望される場合は、ご相談ください。

野菜をしっかり摂取します。(3週間)
※1日に食べた野菜の皿数を簡単に記録していただきます。

野菜の摂取量(推定)を測定します。
※簡単なアンケート(事後)をさせていただきます。

ベジチェック値が高い方など上位の方にはプレゼントがあります♪

申し込み又は内容等の説明を希望する場合は、裏面をご覧ください。

働き世代の野菜摂取応援ベジライフ推進事業 申込書

【申込期限:6月19日(水)】

※期限内の申込みが難しい場合には御連絡ください。

宛先:郡山市保健所 健康づくり課 栄養士

[申込み方法]

FAX・電話・メールのいずれかでお申込みください。

FAX:024-934-2960 / 電話:024-924-2900

E-mail:kenkoudukuri@city.koriyama.lg.jp

*申込み又は説明希望を丸で囲み、必要事項(説明希望の場合は、事業所名・御担当者氏名・御連絡先のみでも構いません。)をご記入ください。

申込み ・ 説明希望

*10名以上の申込みでお願いします。(10名未満の場合は要相談)

事業所名	(ふりがな)
御担当者氏名	(ふりがな)
御連絡先	電話: FAX: E-mail:
参加予定人数(概数)	名
実施希望月	希望する月を丸で囲んでください。(複数可) 7月・8月・9月・10月・11月・その他()
特記事項	

御記入ありがとうございます。後日、担当から連絡いたします。