

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!?

(2024年郡山市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。

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名未満の場合はご相談ください。)

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!

実際に体験した従業員の方の声☆



推定摂取量が数値で
わかり、野菜を摂取
するきっかけになった



野菜を意識して
摂取するよう
になった

食事全体の
バランスを考える
よい機会になった

減塩食品を
チェックするよう
になった

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。

実施内容



(料金は無料です。)



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。

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。

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20日（金）】

※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名未満の場合はご相談ください。）

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	<u>希望する月を丸で囲んでください。(複数可)</u> 6月・7月・8月・9月・10月・11月・12月・1月・2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。