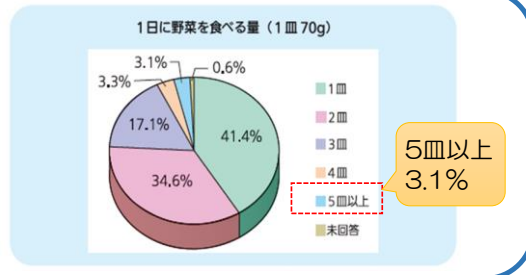


1. 現状

本市の大多数の方が野菜の摂取不足にある。

[2016 (H28) 年度
郡山市健康づくりに関するアンケート]



5皿以上
3.1%

2. 目的

働く世代の方を対象に、野菜摂取の必要性等に関する理解を深め、野菜の摂取不足の改善を図ることにより生活習慣病予防・改善につなげる。



3. 事業概要

福島県「市町村先駆的健康づくり実施支援事業」(県補助：上限120万円)を活用し、カゴメ(株)と連携し、事業所を対象に実施。

《内容》

- ・推定野菜摂取量の測定
- ・食生活改善セミナー
- ・「朝ベジ運動4週間チャレンジ」(野菜摂取量の記録)
- ・アンケート実施(事業実施前後)
- ・評価分析

<実施対象>

	事業所数	参加者数
2020(R2)	1社	58名
2021(R3)	2社	63名
計	3社	121名

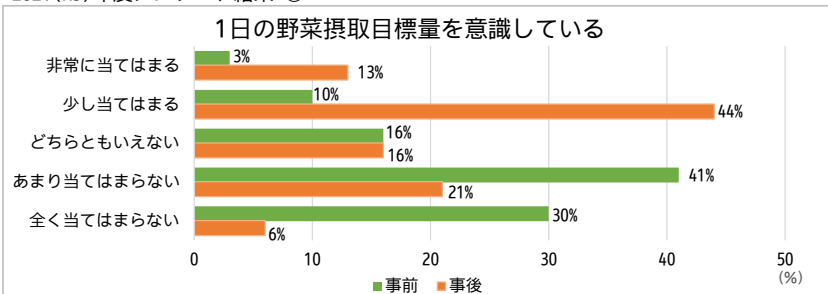
4. 事業成果

野菜摂取(健康)への意識が高まり、野菜摂取不足の改善が図られた。

《参加者の主な改善点》 ※アンケート結果(実施前後)より

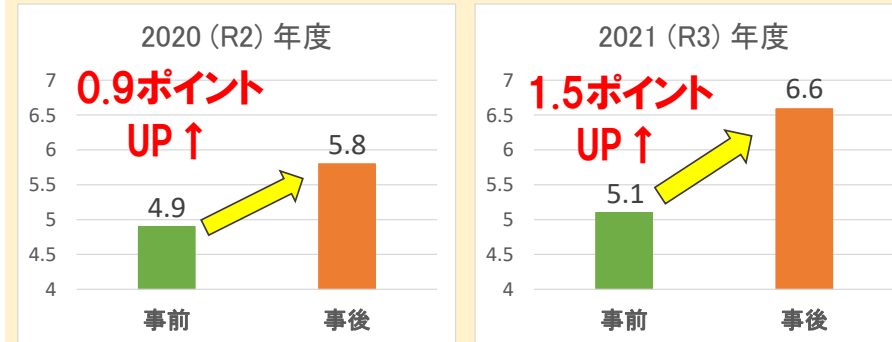
- ①目標量を意識して野菜を食べる方が増えた。
- ②野菜を先に食べる方が増えた。
- ③外食時に栄養成分に配慮する方が増えた。

2021(R3)年度アンケート結果 ①



《野菜摂取レベルの変化》

※野菜摂取目標量350gは、測定値7~8程度。



ベジチェック

手のひら(皮膚)のカロチノイド量の測定により、野菜摂取量の推定ができる機器

5. スケジュール

2020(R2)	2021(R3)	2022(R4)
福島県先駆的健康づくり実施支援事業《県補助》 本市とカゴメ(株) (協働実施)		市独自事業 【継続】
		実施予定人数等 ・対象企業、人数：4社(約300名) ・実施時期：7月~12月