

様式2 野菜マシマシ関連の取組 実施報告

項 目	記 載 欄
市町・健康福祉センター名	静岡県西部健康福祉センター健康増進課
取 組 の 名 称	野菜摂取促進事業
実 施 時 期 又 は 日 時	令和5年10月16日(月) 9:30から12:00まで
実施場所(所在地)	Beisia 磐田豊岡店 (磐田市下神増)
参 加 者 (人 数)	来客者 (うちベジチェック測定 51人、パンフレット配布 100人)
取 組 内 容	<p>今年度、西部健康福祉センター健康増進課の「野菜摂取の促進」の重点事業の1つとして、「やさいの日」に合わせ、県民に普及啓発を実施しました。</p> <p>来客者の多くは御高齢の方が多く、中には野菜を栽培している方もいらっしゃいました。日頃の野菜の食べ方について意識してもらうために、ベジチェックで測定し、それぞれのレベルに合った助言をさせていただきました。</p> <p>ベジチェックの測定結果は、平均 5.1。6以上が十分野菜が摂れているという判定なので、今回測定された方々は少し不足ぎみの状況でした。また、1日 350gの野菜摂取を推奨していることを知っていた方は55%、1日3食野菜料理を食べている方は49%でした。</p> <p>今後もポスター掲示等で野菜摂取の推奨について普及啓発したり、継続してベジチェックの測定会が出来ればと思います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野菜マシマシキャンペーン のぼり旗設置 ・ベジチェック測定 ・野菜摂取普及パンフレット「野菜をたくさん食べよう」配布 ・食育テッシュ配布
 	