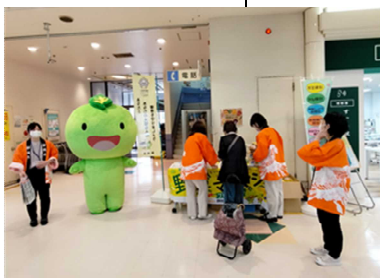


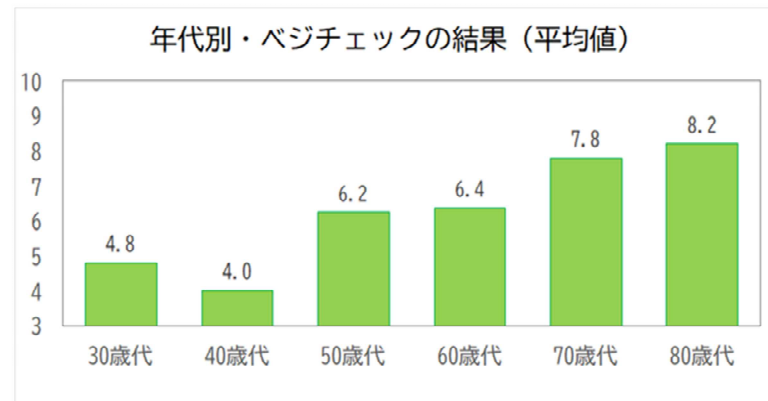
様式 ベジチェックを利用した取組 実施報告

項 目	記 載 欄
健康福祉センター名	賀茂健康福祉センター
取 組 の 名 称	食育キャンペーンの実施
実施時期又は日時	令和6年6月3日（月）午前10時～12時
実施場所(所在地)	東急ストア下田とうきゅう（下田市東本郷1丁目2-1） 1階エスカレーター前
参加者（人数）	150名 うち、ベジチェック利用者数（53人）
取 組 内 容	<p>スーパー利用者に対して、野菜摂取量増加を目的に、下田市と共催で食育キャンペーンを行った。キャンペーンでは1日の野菜摂取量の目安が分かるベジチェックを体験していただいた。</p> <p>ベジチェック測定中に、普段野菜を意識して食べているか、朝食にどのような野菜を食べているか、よく食べる野菜は何か等の質問をした。野菜摂取レベルが高い参加者は、普段から意識して野菜を食べていたり、朝からしっかり野菜を食べていたりする傾向にあった。野菜摂取量が目標に満たない参加者に対しては、あと手のひら1杯の野菜を摂取した方がよい等のアドバイスをした。</p> <p>キャンペーンをとおして、普段から野菜を十分摂取している参加者は今後も継続して摂取する意識を持ってもらえたと感じた。また、普段あまり野菜を摂取していない参加者には野菜を食べる意識付けができた。</p>

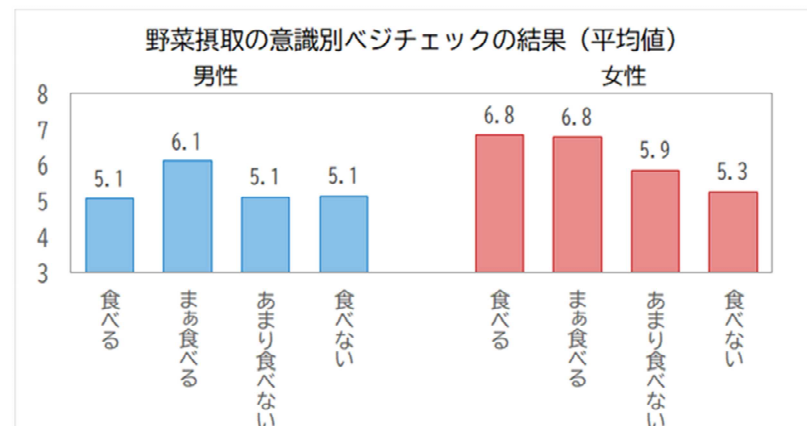


ベジチェック測定中に実施した聞き取り調査の結果

○ 年代が高いほど、ベジチェックの値が高かった。



○ 意識して野菜を食べている人ほど、女性はベジチェックの値が高かった。男性は関連はみられなかった。



○ ベジチェックの結果が6以上の群は、日頃から朝食で野菜を食べると回答した人が多かった。一方、ベジチェックの結果が6未満の群は、朝食で野菜を食べると回答した人は少なかった。

