

推定野菜摂取量無料測定会について

カゴメ（株）では和歌山県と連携して推定野菜摂取量が簡単にわかる測定会を実施します！

日ごろから野菜を食べていますか？

日本人の1日の野菜摂取目標量は350gですが、実際の野菜摂取量は平均280gであり、約70g不足しています。（令和元年国民健康・栄養調査）

カゴメ(株)では和歌山県と連携し、県庁食堂「きいちゃん食堂」で推定野菜摂取量を測定できる機器「ベジチェック®」を活用した、無料野菜摂取測定会を実施します。

合わせて、「きいちゃん食堂」では、11月24日（水）～12月7日（火）、『カゴメフェア』を開催。県産野菜・果実の消費拡大と県民の野菜摂取啓発推進を目的とした、さまざまな取組みを行います。

● 「カゴメフェア」の内容

- ① ベジチェック®による推定野菜摂取量の測定と食事アドバイス
- ② 「きいちゃん食堂」=カゴメ コラボメニューの提供【右写真】
- ③ 野菜がたっぷりとれる簡単調理レシピの配布
- ④ 新商品「カゴメ野菜生活有田みかんミックス 195ml」の販売
無料試飲会（11/24～11/25 限定）
- ⑤ 「有田みかんシステム」日本農業遺産認定 PR



トマト油淋鶏（ユウリンチー）定食



● 推定野菜摂取量測定会について

【野菜摂取量測定方法】

センサーに手のひらを押し当てただけ、簡単にすぐ結果が数字で表示されます。

※緑黄色野菜で摂れる成分（カロテノイド）量を測ります。

※激しい運動や過労による疲れ、喫煙、アルコール摂取、ストレス等の影響で測定値（野菜摂取レベル）が下がることがあります。

※およそ2週間前までの食習慣が反映されます。

【測定費用】 無料

【測定日時・場所】

（1回目）11/24（水）11時30分～13時

（2回目）12/7（火）11時30分～13時

両日とも県庁食堂「きいちゃん食堂」で実施

