

おかやま秋の収穫祭 地産地消マルシェ2024で 推定野菜摂取量測定（ベジチェック）を実施します

9月に開始した「ベジ・ファーストOKAYAMAプロジェクト」推進の一環として、「おかやま秋の収穫祭 地産地消マルシェ2024」の会場内で、推定野菜摂取量測定（ベジチェック）を実施します。「ベジ・ファースト（野菜から食べよう）」実践の成果を確認してみませんか。

1 日時

令和6年10月27日(日)9時～16時

2 場所

下石井公園(北区幸町)

3 内容

会場内ブースにて、皮膚に蓄積されたカロテノイドの量を測定し、日ごろの野菜摂取レベルを推定する『ベジチェック』を実施します。測定後、シールを貼ってグラフ化し、当日参加者の野菜摂取レベルを見える化します。また、ベジ・ファースト OKAYAMA 協力店の掲示、野菜レシピの提供、フードモデルによる目標摂取量目安の確認もできます。

4 その他

ベジチェックは、地域のイベント等でも実施するほか、岡山市保健福祉会館2階健康づくり課前でも、下記日程で実施しますので、ご参加ください。

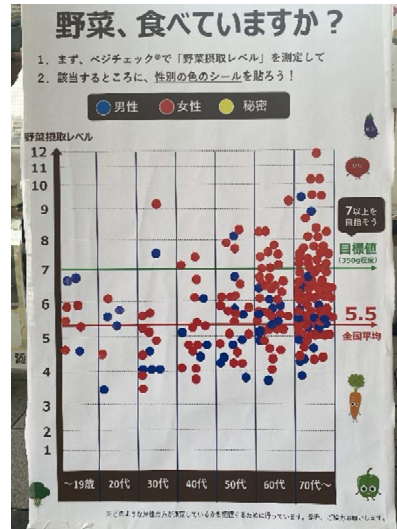
日時:11月11日(月)10時～16時、
12月10日(火)10時～16時

ベジ・ファーストOKAYAMAプロジェクト専用ホームページもご覧ください。

アドレス <https://okayamacity-vegefirst.com>



●ベジチェックの様子



▲ベジチェックの測定風景
手のひらをセンサーにあて、
約30秒で簡単に測定できます

▲野菜摂取レベルを見える化
測定後、シールを貼ってグラフ化
します



【問い合わせ先】

岡山市 健康づくり課 土器・坂上・田畠 直通086-803-1263 内線5251