



報道発表

企業従業員を対象とした「市民に向けた野菜摂取量増加推進事業」 皮膚カロテノイド測定（ベジメータ®測定）の実施について

本市では、自身の野菜摂取状況を知り、食生活を見直すきっかけとすることを目的として、市内の健康経営に取り組む企業において、容易に野菜の摂取状況を数値化できる「皮膚カロテノイド測定器（ベジメータ®）」を活用した「市民に向けた野菜摂取量増加推進事業」を下記のとおり実施いたします。

本事業では、野菜摂取状況を見える化することで、自身の野菜の摂取状況を把握し、野菜摂取量の増加と食生活習慣の行動変容に結びつけることを目指します。また、企業の保健師等と連携し、野菜摂取の大切さ等を啓発し、将来の生活習慣病そして企業の健康経営につなげます。

なお、当事業は聖隷浜松病院、浜松医科大学、常葉大学、本市の4者による共同研究「皮膚カロテノイド測定器を用いた野菜摂取量増加のための働きかけ」としても実施するものです。

※ ベジメータ

白色 LED 光を使った皮膚のカロテノイド量測定器。左手の中指をレンズに充て、約 10 秒間で測定できます。結果は、「ベジスコア」とよばれる 0～1200 の数値により、野菜摂取状況が分かります。



記

1 背景

- 食事をバランスよく摂ることを基本とする中で、厚生労働省では、生活習慣病予防のために 1 日 350 g の野菜摂取を推奨している。しかし、本市における「健康増進計画等の評価における健康調査（2022 年）」では、青年期・壮年期（20～44 歳）で 1 日野菜 350 g 以上を食べることを意識している人の割合が、前回調査（2016 年）から 4.8 ポイント下がっており、年々減少傾向にある。また、朝食の欠食率についても、20 歳代で「ほとんど食べない人」が約 20%を占めている。朝食の欠食は野菜不足にもつながり、将来の自分そして次世代の子供の生活習慣病が懸念される。
- 野菜の摂取不足になる原因は、自身が食べている野菜の量がどれくらいか、本当に十分なのかどうか知ることが難しいことがあげられる。

2 対象 企業従業員 ※実施を希望した企業において、参加同意した者のみ

3 実施企業・日時・対象・人数

実施企業	日程			時間	対象人数
	1回目	2回目	3回目		
スズキ株式会社 (人材開発部、広報部)	8月8日(火)	9月12日(火)	10月17日(火)	9時00分～12時00分	70人

※ なお、取材にお越しいただいた際は、スズキ(株)広報部（053-440-2030）へお願いいたします。

