

2024(令和6)年9月3日

熊本県で初の野菜摂取量測定装置「ベジメータ®」導入 — 健康増進と生活習慣病予防に向けた新たな取り組み —

令和6年8月、宇城市は県内の自治体で初めて、野菜摂取量測定装置「ベジメータ®」を導入しました。

この装置は、住民自身が野菜摂取量を数値で確認し、食生活の見直しや行動変容を促すツールとして期待されているものです。

【経緯】

市では平成30年度から、市民の健康増進と医療費の抑制を図るために野菜摂取を推奨するプロモーション事業「さしより野菜プロジェクト」を実施しています。このプロジェクトをさらに加速させる取り組みとして、住民の野菜摂取量の実態把握や効果検証、母子や成人保健分野での栄養指導、地域の健康づくり活動に「ベジメータ®」を活用することを決定しました。

1 導入機器

名称:ベジメータ HB(ハイブリッド)

機能:光学的皮膚カロテノイド量測定

- ・ 0~1,200 のベジスコアで表示
- ・ A~E の5段階で野菜摂取状況を判定
- ・ 1日の野菜摂取目標量 350g に対しての充足度を1皿(70g)×5皿で表示

※皮膚カロテノイドとは…植物に含まれる色素であり、主に緑黄色野菜や果物に多く含まれます。抗酸化作用を持ち、体内でビタミンAに変換されます。皮膚に蓄積されたカロテノイドを測定することで、野菜や果物の摂取状況を把握できます。ベジメータ HB は、この皮膚カロテノイド量を光学的に測定し、野菜摂取状況を簡単に評価するツールです。

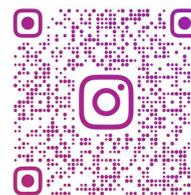


2 期待する効果

- ・個々の食生活の改善事項の明確化
- ・生活習慣病の未然防止
- ・健康寿命の延伸
- ・医療費、介護費の縮減 など

3 今後の計画 (イベントなど)

- 9月18~20日 予備健診(市保健センター)
- 10月10日 セブン-イレブン宇城豊野町山崎店
店頭イベント(予定)
- 11月10日 お野菜エコバックづくりイベント
(イオンモール宇城を予定)
- その他、健康教室や各種健診などでの計測



SASHIYORIYASAI_UKI
ベジメータ®活用状況

掲載しています

問い合わせ 保健衛生部健康づくり推進課 (課長)岩見 (課長補佐)尾田
(担当:さしより野菜推進係)

〒869-0592 熊本県宇城市松橋町大野 396-1
TEL:0964-32-7100(代表) FAX:0964-32-6688