レッツベジ食べ！しずおか県

野菜マシマシ プロジェクト

静岡県 × 裾野市 × JAふじ伊豆

日 時 ： 10月10日(金) 9:30～11:00

場 所 ： すそのふれあい市
（裾野市佐野1087-1(裾野市役所近く)）

野菜 食べていますか？

【ベジチェック®による野菜摂取量診断】
手のひらをセンサーにあてて約30秒！
推定野菜摂取量を測定します。
〈対象〉どなたでも
〈申込〉不要
直接会場にお越しください

画像：KAGOMEホームページ

【西浦みかん由良まつり】
今が旬！！甘みと酸味のバランスが良く濃厚な味わい！おすすめです！

【たまごの日】
1,000円(税込)以上のお買い上げでお一人さま1パック特別価格！！

お買い物のついでにぜひお寄りください！

静岡県東部地域は、脳血管疾患による死亡の割合が高く、また、脳血管疾患の原因の一つとされる高血圧の有病者の割合が高い地域です。
・野菜摂取量の増加は、高血圧の改善に有効であることが知られています。
・静岡県民の1日の野菜摂取量（平均値）は、男性288.0g、女性282.6g と、目標の350gに届いていません。
（出典：令和4年県民健康基礎調査報告書／静岡県健康福祉部）

【問合せ】東部健康福祉センター健康増進課 TEL 055-920-2112
裾野市健康推進課 TEL 055-992-5711