

健康を維持するために1日に必要な野菜摂取の目標量は350gです。

野菜は
元気とキレイ
の強い味方

● 2023 ●

ベジスコアアップ キャンペーン

浜松市民限定

令和5年

8.1(火) ▶ 10.31(火)

参加
無料

2回
測定

皮膚カロテノイド測定器で野菜摂取状況を「見える化！」
スコアアップで応募！

詳細は
こちら
から



測定会場・日時

いつでも測れる

皮膚カロテノイド測定器(ベジメータ)で
いつでも自分で測定ができます

遠鉄ストア
笠井店
9:30~21:00

ベイシアフードセンター
浜松都田テクノ店
9:00~20:00

測定会 管理栄養士のアドバイス付き

イオン浜松西店
8/29(火)・9/26(火)・10/24(火)
9:30~12:00

マックスバリュ浜北店
8/15(火)・9/22(金)・10/19(木)
10:00~12:00

応募方法

STEP1

測定会場にて
1回目測定

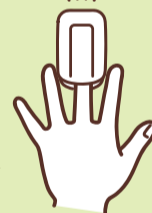
STEP2

2週間以上期間を
あけて測定

STEP3

ベジスコアが上昇していたら2回分の
測定結果を写真に撮って応募

測定は
10秒!



浜松市HPからも応募できます。
応募締め切り 10月31日(火)

応募は
こちら
から



抽選で120名様においしいうれしいプレゼント!

株式会社 遠鉄ストア	えんてつカードポイント進呈券1,000ポイント	5名様	マックスバリュ東海 株式会社	マックスバリュ東海オリジナルマイバッグ	20名様
聖隷予防検診センター	「SEIREI」ロゴ入りスマタテペン	10名様	焼肉 柳之介	1,000円引き、10%引き他飲食券	10名様
(公財)浜松市花みどり振興財団	はままつフラワーパーク無料入園券	10名様	ヤマハ健康保険組合	ボディバッグ	20名様
ピクルス工房 りんごの杜	旬の野菜のピクルスLサイズ	10名様	レストラン 食楽工房	1,000円飲食券	5名様
フランス料理 メゾンナカミチ	プチデザートサービス券	20名様	「どうする家康 浜松 大河ドラマ館」	ペア入場券	10組様

※はままつ 食de元気応援店・浜松ウエルネス推進協議会よりご提供いただいています。

ベジメータ®

皮膚カロテノイド測定器とは?

左手の中指に白色LED光をあてて、カロテノイドの反射光強度を測定し、皮膚のカロテノイド量のみを約10秒で測定する機器です。結果は、「ベジスコア」とよばれる0~1200の数値になって表れ、野菜摂取状況がわかります。

カロテノイドとは?

植物がもつ天然色素で、体内でつくることのできないため、食品から摂取する必要があります。特に緑黄色野菜に多く含まれ、非常に強い抗酸化力を持ち、老化、発がん、動脈硬化などの原因になる活性酸素から体を守る働きがあります。

主催: 浜松市健康増進課・ウエルネス推進事業本部

TEL.053-453-6125

TEL.053-453-6140

協力: はままつ 食de元気応援店、浜松ウエルネス推進協議会

ご注意

食事について、医師から指示を受けている人は、その指示に従ってください。



Yes!
家康プロジェクト 浜松