

こぴっと食べようプロジェクト～野菜、足りていますか？～
令和8年度「ベジみるサポート事業」実施要領

1 目的

生活の場における推定野菜摂取量の見える化を通じて、市民が自身の野菜摂取状況に気づく機会をつくり、必要に応じた行動変容を促進する。これにより、野菜の摂取頻度の増加につなげ、市民の健康づくりと生活習慣病予防に寄与する取組とする。

2 事業名

市民の野菜（ベジタブル）摂取状況を見える化（みる）し、必要に応じた行動変容を「サポート」する事業であるという意味をこめ、事業名を「ベジみるサポート事業」とする。

3 対象者

市民（特に10代～40代を中心とする）

4 実施内容

- (1) 野菜の推定摂取量の見える化（ベジチェック®）
- (2) 即時フィードバック（管理栄養士による食生活の助言）
- (3) 再測定の勧奨等による継続的な行動変容支援
- (4) 多様な情報発信

5 実施期間

令和8年6月29日～12月28日（ベジチェック®借用期間）
上記期間外でも連携協定締結企業等の協力を得て、実施することもある。

6 実施場所

事業は、次に掲げる場所等で実施する。

- (1) 野菜の購買や摂取等の行動変容に直結する場（市内スーパーマーケット、小売店、給食施設等）
- (2) 働いている方や学生へのアプローチの場（事業所、教育機関等）
- (3) 市民が集まる場（イベント会場、市役所施設等）
- (4) 健康支援センター1階窓口

7 連携先の募集

連携先の募集は、次に掲げる方法により行う。

なお、連携を希望する企業、事業所等は、所定の申込書を提出するものとする。

- (1) 市広報媒体による周知（ホームページ、広報こうふ、SNS（LINE、Instagram等）

- (2) 関係機関及び関係団体への周知
- (3) 対象施設等への個別案内
- (4) 関係課を通じた情報提供及び働きかけ

8 実施方法

- (1) 連携先等と協議し、実施日時、会場運営その他必要事項を決定する。
- (2) 原則、実施時には、推定野菜摂取量測定器（ベジチェック®）による測定を行う。
- (3) 測定結果に基づき、対象者に対して必要な助言を行う。
- (4) 連携先からの希望により、健康教育を行う。
- (5) 行動変容の促進及び効果確認のため、再測定を勧奨する。
- (6) SNS等を活用し情報発信を行う。
- (7) 必要に応じて啓発資材（のぼり旗等）及びクックパッド市公式キッチン掲載レシピ等を活用する。

9 対象者への周知

対象者への周知は、次に掲げる方法により行う。

- (1) 市広報媒体による周知（ホームページ、広報こうふ、SNS（LINE、Instagram等）
- (2) チラシ及びポスター等の配布・掲示
- (3) 連携先による情報発信

10 評価

事業評価は、次に掲げる項目について実施する。

- (1) 測定回数
- (2) 年代別及び性別の参加状況（アンケートを実施した会場のみ）
- (3) 測定結果による野菜摂取状況の傾向（野菜摂取レベルによる評価）
- (4) 再測定実施者数
- (5) 連携先数及び実施回数
- (6) 参加者の行動変容に関する状況
- (7) 情報発信の状況
- (8) その他事業効果の把握に必要な事項

11 担当者

甲府市 保健衛生部 保健衛生総室 地域保健課 管理栄養士等