

恵那総合庁舎食堂と協働した 野菜ファーストプロジェクト

恵那保健所



1. 実施期間 : 令和7年8月25日～29日
2. 実施場所 : 恵那総合庁舎食堂 ささゆり
3. 対象者 : 食堂利用者
4. 人数 : 283名



5. 実施内容:

- ① たっぷり野菜しっかり減塩メニューの提供
1日の摂取目標量350gの1/3(野菜120g)以上が摂取でき、食塩相当量3g以下の献立を提供。
- ② 野菜ファーストポスター、リーフレットの設置
- ③ 野菜充足度の測定体験



6. 本取組の効果:

- ・野菜ファースト強化月間中(8月)に、食堂の給食事業者と協働してたっぷり野菜しっかり減塩メニューの提供を行うことで、食堂利用者が野菜を摂取できる食環境の整備及び塩分適正化の取組みを推進することができた。
- ・野菜充足度の測定体験を通して、自身の推定野菜摂取量を確認することで、普段の食生活を見直す機会となった。野菜摂取量増加のポイントについて啓発を行うことができた。

