

無料

野菜摂取レベル測定会

とうかい減塩day×もっと野菜を食べようプロジェクト

手のひらで30秒！ あなたの野菜摂取量を推定します



メリット1

野菜摂取量を
推定できる

メリット2

管理栄養士等から
野菜たっぷり取るコツを聞ける！

メリット3

野菜の1日の目標量
の目安がわかる（展示）

メリット4

県公式健康推進アプリ
「元気アップ！りいばらき」
ポイントプレゼント

メリット5

野菜たっぷり適塩レシピ
プレゼント

メリット6

健康関連グッズ
プレゼント（毎回先着30名）

令和5年度 野菜摂取レベル測定会日程表

	日程	時間	会場
1	4月14日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
2	4月19日(水)	9時30分～12時	東海ファーマーズマーケット にじのなか
3	4月20日(木)	12時～16時	イオン東海店 フードコート
4	5月19日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
5	5月23日(火)	9時30分～12時	東海ファーマーズマーケット にじのなか
6	6月16日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
7	6月20日(火)	9時30分～12時	東海ファーマーズマーケット にじのなか
8	7月21日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
9	7月24日(月)	9時30分～12時	東海ファーマーズマーケット にじのなか
10	8月4日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
11	8月23日(水)	9時30分～12時	東海ファーマーズマーケット にじのなか
12	8月28日(月)	13時～16時	東海村保健センター
13	9月15日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
14	9月20日(水)	9時30分～12時	東海ファーマーズマーケット にじのなか
15	9月24日(日)	10時～14時(予定)	東海村総合体育館
16	10月20日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
17	10月30日(月)	12時～16時	イオン東海店 フードコート
18	11月17日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
19	12月15日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
20	12月20日(水)	12時～16時	イオン東海店 フードコート
21	1月19日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
22	2月9日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター
23	3月15日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	東海村保健センター