

8月・9月

野菜摂取レベル測定会を開催します！



手のひらで3の秒！
あなたの
野菜摂取量を
推定します！



1日の
野菜摂取目標量
を展示！

管理栄養士等
からの野菜を
上手にとる
ヒントを
聞けます！

ヘルスメイトの
野菜たっぷり
適塩レシピ
(希望者)

毎月20日はとうかい減塩day
&
もっと野菜を食べよう

測定参加者には、
数量限定で野菜を
使ったスイーツや
地場産野菜の
ささやかな
プレゼントあり！

県公式
健康推進アプリ
「元気アップ！リ
いばらき」ポイント
対象！

《測定会の日程》

【日程】 8月20日（木）
【時間】 9時～12時
13時～16時
【場所】 総合福祉センター
「絆」

野菜の日



【日程】 8月31日（月）
【時間】 9時30分～
12時
【場所】 東海ファーマーズ
マーケット
にじのなか

【日程】 9月3日（木）
【時間】 10時～
12時30分
【場所】 イオン 東海店

【日程】 9月9日（水）
【時間】 10時～13時
【場所】 東海村産業
・情報プラザ
（アイヴィル）

【日程】 9月15日（火）
【時間】 14時～16時
【場所】 村立図書館

【日程】 9月18日（金）
【時間】 9時～11時30分
13時～15時30分
【場所】 東海村保健センター

【日程】 8月25日（火）
【時間】 10時～
12時30分
【場所】 イオン 東海店