JAさがみ わいわい市 ×藤沢市健康づくり課　協働企画

お口と食の健康チェック！



～　ベジメータ測定会special　～

申し込み不要の
体験イベントです！
お気軽にお立ち寄り
ください！

日時

2026年11月13日(金)9:30～15:00

ばしょ

わいわい市藤沢店　屋外テント内



ベジメータ測定

指先にLED光を当てることで、野菜の摂取状況がわかる数値「ベジスコア」を調べることができます。

咀嚼チェック

「お口は体の入口」お口の健康は体の健康につながります。
咀嚼チェックガムで、咀嚼力をチェックしましょう。



野菜手ばかり体験

一日に食べてほしいお野菜の量は350gです。
どのくらいの量なのか、実際の野菜で覚えましょう。



健康相談・栄養相談

今回の体験の結果や、日ごろのお野菜のとり方、お口の健康などのご相談をお受けします。

イベントに関するお問い合わせは平日は「藤沢市健康づくり課」、祝休日は「わいわい市藤沢店」までお願いいたします。

藤沢市　健康づくり課　8:30-17:00　TEL(50)8430　FAX(28)2280

JAさがみ わいわい市藤沢店　9:30-17:00　TEL(90)0831　FAX(90)0833