

約10秒で  
簡単測定！

旬の野菜で血圧コントロール

測定  
無料

# 野菜摂取スコア 測定会

in サン・フレッシュ都南

(下飯岡21地割180)

2026年7月30日(木)、8月28日(金)

9時00分～13時00分

血圧が気になる方、必見！実は、野菜に含まれるカリウムなどは高血圧予防の強い味方です。しかし、実際にどのくらい体に蓄えられているかは分かりにくいもの。そこで『ベジメータ®』を使って、あなたの野菜摂取スコアを測定します。管理栄養士が、産直で買えるおすすめの野菜&レシピもご紹介！美味しく食べて、無理なく血圧ケアを始めましょう！

## 2回セットの参加がオススメ！

ベジメータ®は過去約1か月の食習慣を反映します。  
1回目で今の状態を知り、産直の野菜を食べてから、1か月後の2回目でのその「成果」を確かめてみませんか？  
ぜひ2回セットでの参加で、健康な体づくりを実感してください！

※この中に12種類の野菜が隠れています！全部見つけれられるかな？

問い合わせ先

盛岡市保健所 健康増進課 019-603-8306

〒020-0884 盛岡市神明町3-29

※ 電話でのお問い合わせは、平日の9時～17時をお願いいたします。

詳細はこちら→

