

2026
10月・11月

おいしく食べて健康に

食育イベント

場 所

スーパーセンターオークワ
セントラルシティ和歌山店
東側出入口付近
(和歌山市小雑賀805-1)



時 間

9:00～16:00



Day1

10月は和歌山県の
食育推進月間
健康増進月間

10/ 4
SUN



イベント内容

- ・ 栄養士による個別食事指導
～紀州わかやま～
食事バランスガイドを攻略！
- ・ 野菜の重さ当てゲーム
1日の目標量350gを当ててみよう！
- ・ 骨密度測定※
- ・ 血管年齢測定※
- ・ アンケート

アンケートに
ご協力いただいた方には
粗品をプレゼント♪

Day2

カゴメ株式会社と
和歌山県の共同イベント

11/ 14
SAT



イベント内容

- ・ 栄養士による個別食事指導
～紀州わかやま～
食事バランスガイドを攻略！
- ・ 野菜の重さ当てゲーム
1日の目標量350gを当ててみよう！
- ・ ベジチェック※
あなたの推定野菜摂取量を
手のひらでチェック！
- ・ カゴメ野菜生活100
季節限定品の試飲会

※各測定器の結果は目安です。『血管年齢測定器』及び『ベジチェック』は医療機器ではありません。

今日からチャレンジ!

ベジ増し 減らソル 脱メタボ



和歌山県 農林水産部農業生産局果樹園芸課
Wakayama Prefecture

073-441-2900

e0703001@pref.wakayama.lg.jp