

塩釜<sup>地区</sup>

岩沼<sup>地区</sup>

黒川<sup>地区</sup>

# 大人こそ! ベジプラスチャレンジ2026

職場の  
健康経営  
推進に!

全国労働  
衛生週間  
の取組に!

コミュニ  
ケーション  
が増えた!

健康を  
意識  
するよう  
になった!

野菜を食べよう!あと100g

ベジプラス  
VEGE  
PLUS

野菜を多く食べる人は、脳卒中・心臓病・ある種のがんに  
かかる確率が低いという研究結果があります。

チームでクリアせよ! 61日間ベジプラスチャレンジ

対 象 : 塩釜・岩沼・黒川地区の事業所等

参加方法 : 9月11日(金)までに専用フォームへ申込

参加費 : 無料

【問合せ先】宮城県塩釜保健所(仙台保健福祉事務所)健康づくり支援班

☎ 022-363-5503 FAX : 022-362-6161 e-mail : sdhwfzke@pref.miyagi.lg.jp





# 参加事業所 増加中！



©宮城県・旭プロダクション

## チャレンジの流れ

### チャレンジの流れ

**STEP 1**  
3人1組  
チーム  
をつくる



**STEP 2**  
チームで  
Level  
を選ぶ

**STEP 3**  
10・11月  
取り組む  
野菜を  
食べる



**Level 1**  
1日1回以上  
野菜を食べる

**Level 2**  
朝食に  
野菜を食べる

**Level 3**  
毎食  
野菜を食べる

**Level 4**  
1日350g以上  
野菜を食べる

**参加者全員  
「チャレンジ賞」  
プレゼント**

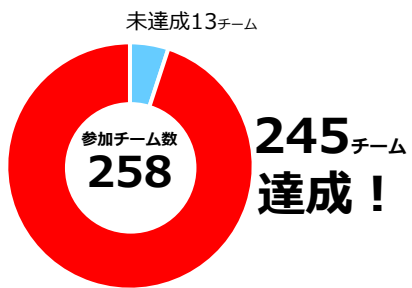


チーム (3人)  
平均40日以上達成で  
Levelに応じた  
賞品をプレゼント

**さらに  
Level4達成で  
抽選で追加プレゼント**

## 手軽だから高い達成率

### 昨年度チャレンジ達成チーム数



**チャレンジ  
達成率  
95.0%**

Levelを  
選べるから  
達成しやすい！

## 昨年度 参加者の声・感想

野菜を意識して  
食べるようになった。  
**野菜を食べる  
習慣**がついた。

職場のコミュニケ  
ーションが増えて、  
**毎年楽しく  
参加**しています。

家で、野菜を食べるよう  
**堂々と  
子どもに言える**  
ようになった。

おしゃれて  
使いやすい賞品！  
**仕事も楽しく  
なりました。**

職場で**野菜の話題**が多くあがったり、  
**出張先の食事**で野菜を意識したり、  
**楽しかった**です！



(自由記載、内容抜粋)

## 事業所単位でも表彰のチャンス

### 事業所達成賞 (トロフィー&副賞)



R7盾 ※イメージ

3チーム  
以上参加 + 目標達成  
日数  
9割以上

### 事業所ステップアップ賞 (賞状&副賞)

**積極的に取り組んだ事業所** ①～③のうち  
2つ以上該当

- ①野菜摂取量増加のため、事業所独自の取組を実施
- ②事業所単位で参加者増加又は全従業員が参加
- ③レベル4に取り組むチーム増加