

野菜摂取充足度を表示

**ベジチェック**<sup>TM</sup>のご案内

POINT1



**採血不要**

採血で体を傷つけることなく  
 あなたの野菜摂取量を推定

POINT2



**数十秒以内**

センサーに手の平を押しあてて  
 数十秒以内\*で測定完了

POINT3



**わかりやすい**

2つの測定結果を表示  
 ① 野菜摂取レベル (120段階)  
 ② 推定野菜摂取量

\*インターネット回線の状況によりさらに時間がかかる場合がございます。

みなさん、「野菜」足りてますか？

測定画面

測定結果 (例)



※イメージ



※イメージ



←測定方法説明画面

ベジチェック外観  
 (インターネット接続が必要です)



※イメージ

センサー + タブレット

職場に置いていただければ、従業員の健康管理ツールとしてご活用いただけます。毎日測定することで食生活改善が期待できます。

リース・レンタルに関するお問い合わせ先

カゴメ株式会社 健康事業部 ☎03-5623-8501  
 kagome.happy-wellness@kagome.co.jp

TIPS

## ② 何を測定しているの？

ベジチェック™では、皮膚のカロテノイド量を測定しています。野菜（特に緑黄色野菜）を食べると、野菜に含まれるカロテノイドが体に吸収され、やがて皮膚にも蓄積します（2～4週間かかります）。そのため、皮膚のカロテノイド量を測定すれば、野菜摂取量を推定することができます。

※カロテノイドとは

緑黄色野菜に豊富に含まれるリコピンやβ-カロテン等の色素成分。健康維持に良い影響を与えることが報告されている。

### 野菜を食べると…

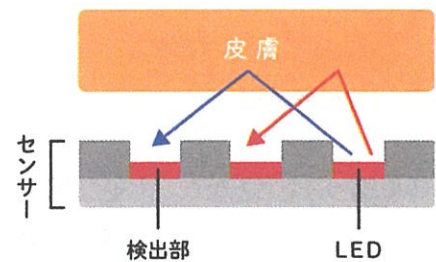


TIPS

## ② どのように測定しているの？

センサーのLED（発光ダイオード）から照射された光が皮膚に反射します。さまざまな深さや角度から得られる反射光を検出部で測定し、独自のアルゴリズムでカロテノイド量を計算して値を算出します。

### 測定原理のイメージ



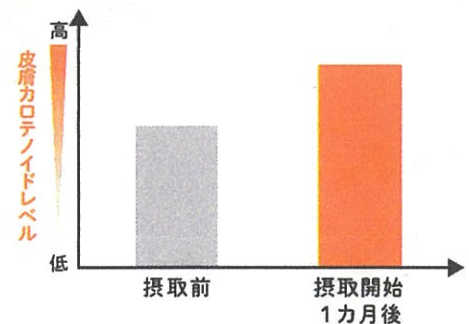
TIPS

## ② どうしたら測定値がUPするの？

野菜をたくさん摂取することで測定値は上がります。例えば、野菜ジュース（200mL）を1カ月間毎日飲むと、皮膚のカロテノイド量が増えることを確認しています。



### 野菜ジュースを飲むと、皮膚カロテノイド量が上がります！



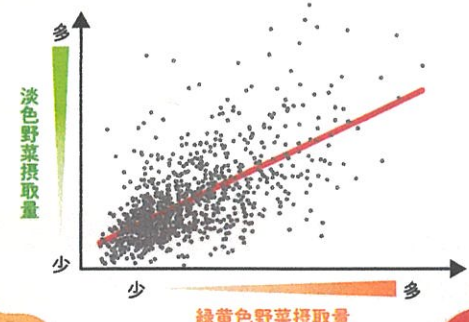
※カゴメ調べ、データは未発表です。

## Q 参考情報 ～カロテノイドで淡色野菜の量もわかるの？～

淡色野菜には、緑黄色野菜と比較してそれほど多くのカロテノイドは含まれていません。しかし緑黄色野菜の摂取量が多い方は、淡色野菜の摂取量も多くなることがわかっています。そのため、皮膚のカロテノイドの量を測ることで、野菜全体の摂取量を推測することができるのです。ただし、淡色野菜に極端にかたよって野菜を食べていらっしゃる方では、ベジチェック™の野菜摂取レベルがご自身が期待されているものよりも低く出ることがあります。

※ 緑黄色野菜…トマトやニンジン、ホウレンソウなどの色の濃い野菜

※ 淡色野菜…キャベツやタマネギなどの色の薄い野菜



※カゴメ調べ、データは未発表です。