

# 令和4年度(2022年)の直売会

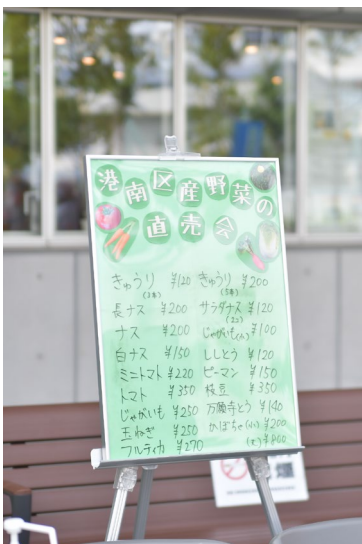
## 夏季



令和4年夏季は、7月14日から8月11日にかけて、計7回開催しました。  
今年もトマト、ナス、キュウリといった、採れたての新鮮な夏野菜が並びました。



イタリアナスや万願寺とうなどもあり、これら全て港南区で生産されています！



# 野菜摂取量診断

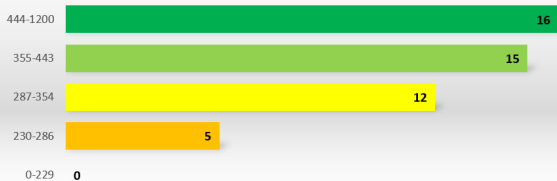


簡単に野菜摂取状況を数値化することができる「ベジメータ」で、野菜摂取量診断を実施しました。2日間で、85名の方に参加いただきました。

野菜摂取量を数値化したベジスコアの2日間(7/22・8/10)の平均値は412で、直売会にお越しくくださった区民の皆さんが、日頃より平均値以上の野菜を摂取できていることがわかりました。最高値は809でした。

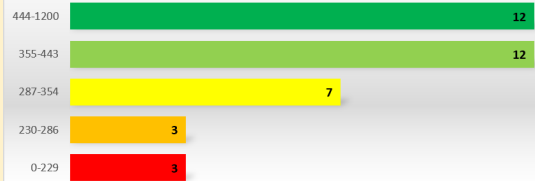
ベジスコアの分布(7/22)

平均値:414  
最高値:809  
最低値:238



ベジスコアの分布(8/10)

平均値:410  
最高値:778  
最低値:106



# 秋季



令和4年秋季は、11月16日から12月21日にかけて、毎週水曜日に計5回開催しました。(11月25日は中止)リピーターのお客様も多くお越し下さり、開始時間前からお並びいただき、毎回大盛況でした。



今年も大きくて立派な葉付き大根、白菜、カブ、キャベツといった、採れたての新鮮な冬野菜が並びました。特に、太く大きな葉付き大根は、みずみずしくて先端でもあまかった、大根嫌いなお子さんもよく食べたと大好評でした。

みかんやアップルキウイ等の果実も、港南区でこんなにあまくておいしいフルーツが採れることを知って驚いたとの声をいただきました。



# 野菜摂取量診断



10秒で野菜摂取状況を数値化することができる「ベジメータ」で、野菜摂取量診断を実施しました。

野菜摂取量を数値化したベジスコアの平均値は417、最高値は836で、直売会にお越しくくださった区民の皆さんが日頃より意識的に野菜を摂取されていることがわかりました。

引き続き、健康づくりの観点からも、野菜を摂ることを心掛けていただければと思います。

今回スコアが低かった方は、ぜひ食生活を見直す機会にしていただけますと幸いです。

