

株式会社ナカニシビジョン(福井市)



Vision Marche
ビジョンマルシェ(野菜直売会)!!

健康経営優良法人・SDGsの取り組みの一環として、今年度はマルミ青果さんにご協力いただき、野菜・果物直売会を開催いたします！ぜひお気軽にお立ち寄りください！

日時：7/14(金)
12:20～13:10
場所：社員玄関

マルミ青果さんでは新鮮な旬の野菜・果物を購入することができます。旬の野菜・果物を食べることは健康経営優良法人の食生活改善の項目やSDGsの「すべての人に健康と福祉を」に該当します。新鮮な野菜・果物を食べて健康な身体を作りましょう！その他質問、ご要望があれば総務までお問合せください。

↓マルシェの様子



↑ビジョンマルシェのポスター



食物繊維・ビタミン編

食物繊維

このふりかけには食物繊維が含まれています。食物繊維には整腸、血糖値上昇の抑制など多くの機能がありますが、多くの人に不足しがちです。このふりかけのように食物繊維入りのものを選び、まずは1日あたり3.5g～4gを目指しましょう！

▶ローソクで買える食物繊維！

- ①食物繊維が掛れる梅しそごはんおにぎり 食物繊維4.3g (ローソク標準価格127円)
- ②春雨サラダ 食物繊維5.7g (ローソク標準価格160円)
- ③ペリペリ食感の枝豆チップス 食物繊維18.1g (ローソク標準価格158円)

コンビニで買うお昼ごはんにも食物繊維をプラス！！

2023年9月食生活改善月間 総務部 西田

↑食生活改善月間で配布したチラシ

取組内容

青果会社に協力いただき、週に2回、地場の新鮮な野菜や果物などを市価よりも安い価格で届けてもらっています。また、年に1回開催している「ビジョンマルシェ」では、令和4年度までは従業員の育てた野菜を販売していました。令和5年度は天候不良等もあり、旬の野菜や果物を安価で販売し、従業員の皆から大変好評いただきました。

9月を「食生活改善月間」とし、週ごとに「タンパク質」「糖質」「ビタミン」「健康アプリの紹介」とテーマを設定し、それぞれ、チラシやプロテインバー、ふりかけなどを従業員に配付したり、自販機に砂糖の含有量が一目でわかるようにイラストで表示したりしました。

取組による効果

マルシェでは普段、野菜をあまり手にしない人でも、その場の楽しい雰囲気や手に取りやすい価格設定で、多くの人に購入いただきました。また、その後も、マルシェの話題で盛り上がり、コミュニケーションも図ることができました。

食生活改善月間では、カップラーメンやコンビニで買える食べ物でも、選び方次第で簡単にいつもよりも栄養が摂れる等の紹介をしたので、従業員にも興味を持ってもらえました。

今後の取組予定

マルシェの開催等で野菜を意識して摂ってもらえるようなイベントをしたいと考えています。