

手のひらから野菜摂取量を推定

ベジチェック[®]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
- 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



※イメージ

測定結果 (例)



※イメージ

【測定方法】

測定方法はとっても簡単！



← 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

【お問合せ】カゴメ株式会社 関信越支店

TEL : 070-2653-5221

Mail : ren_hirose@kagome.co.jp

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。

TIPS

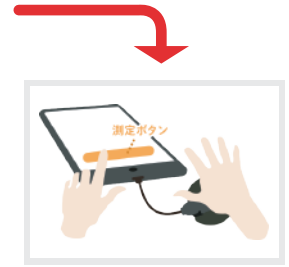
② 何を測定しているの？

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…

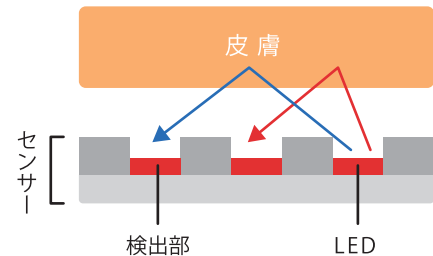


TIPS

③ 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

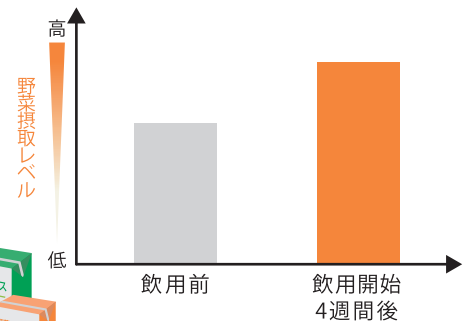
④ 野菜摂取量と野菜摂取レベルの関係は？

ベジチェック®の野菜摂取レベルは、野菜摂取量に応じて増えることがわかっています。また野菜ジュース(200mL)を4週間毎日飲用した場合も増加することがわかっています。ベジチェック®で野菜摂取量を推定し、食習慣の見直しにご活用ください。

※表示される値はあくまでも目安です。ベジチェック®は医療機器ではありません。

※野菜を摂取する手段は様々な方法があります。野菜ジュースは原料野菜の全成分を含むものではありません。不足しがちな野菜を補うためにお役立てください。

野菜ジュースの継続飲用で
野菜摂取レベルはあがります！



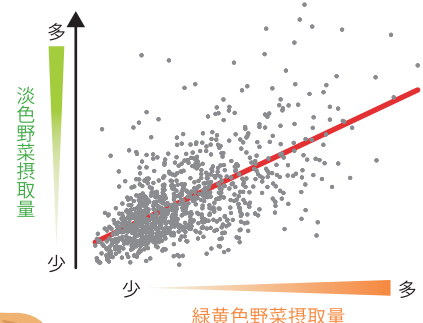
※引用：Hayashi, H., et al, Diseases, 9(1), 4(2021)

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。