

# プレコンセプションケア ワークショップ

栄養士と未来の健康について考えてみよう

- ◆ベジチェック®で日頃の野菜摂取量が足りているか目安が分かります！
- ◆実際何をどれくらい食べればいいのか？自分の今の食事はこれで大丈夫？気軽に取り入れられる自炊メニューが知りたい等、皆さんそれぞれの疑問に栄養士が答えます！
- ◆未来の健康や自分が望むライフプランを考えながら、今の食生活を振り返ってみましょう。



カゴメ株式会社ベジチェック®

2026年6月16日 (火)  
12:15~13:00

大塚製薬株式会社  
SOYJOY®  
プレゼント付き！

時間内いつでも参加可能 /15分程度

東京農工大学  
西東京国際イノベーション共創拠点  
『邂逅館』1階イベントスペース

府中市子ども家庭支援課  
×東京農工大学保健管理センター  
合同企画

