

### ③ デジタル食事改善プログラム 概要 (2024年度)

事業者：味の素株式会社



愛知県の「あいちデジタルヘルスプロジェクト」  
春日井市と味の素(株)の共同企画

## 65歳以上の春日井市民限定

# 健康を見つめ直す 食事チェックプログラム

栄養バランス弁当が最大18食  
無料でお試しいただけます。

参加費無料！ 先着**50**名様  
期間 **6月上旬~9月中旬**

6月11日 火・15日 土 **どちらか必須**

第1回  
約2時間  
説明会・カラダの状態チェック  
会場：春日井市内

任意：7月9日 火・10日 水、8月8日 木・9日 金

第2.3回  
食事改善サポートイベント  
会場：春日井市内


9月10日 火・14日 土 **どちらか必須**

第4回  
約2時間  
カラダの状態チェック  
会場：春日井市内





お弁当はサンプルイメージです



**参加できる方**

- ・春日井市在住で65歳以上(2024年6月1日時点)の方
- ・6月と9月に会場にてアンケート・健康状態チェックに参加できる方
- ・期間中に食事内容をチェックいただきLINEにて送信いただける方
- ・本プログラム参加希望者の中で、本プログラムに同意される方

**【参加できない方】**  
スマートフォン、もしくはタブレット端末を持っていない。食物アレルギーがある。嚥下障害がある。定期的に栄養食事指導を受けている。1か月以内に血圧が160/100mmHg以上を超えている自覚がある。要介護認定を受けている。

※上記の参加条件を満たす場合でも、上限人数を超えた場合など、ご参加いただけない場合がございます。

**プログラム概要**

	参加必須：説明会・カラダの状態チェック (お一人約2時間)	参加任意：食事改善サポートイベント	参加必須：カラダの状態チェック (お一人約2時間)
--	-------------------------------	-------------------	---------------------------


**会場**

6月 11 15 どちらか	7月 9 10	8月 8 9	9月 10 14 どちらか
---------------	---------	--------	---------------

**ご自宅**

6月 月に1週間	7月 月に1週間	8月 月に1週間
-------------	-------------	-------------


食事内容をチェックし、シートを撮影後LINEに送信 ➡ LINEから食生活アドバイスを受信



サンプル

### ご参加申込方法

ご参加ご希望の方は、下記LINEの「友だち追加」をしてください。6月の説明会にご来場いただきお申込みとなります。ご不明点はLINEにてお問合せください。



LINE QRコード

