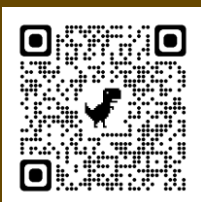




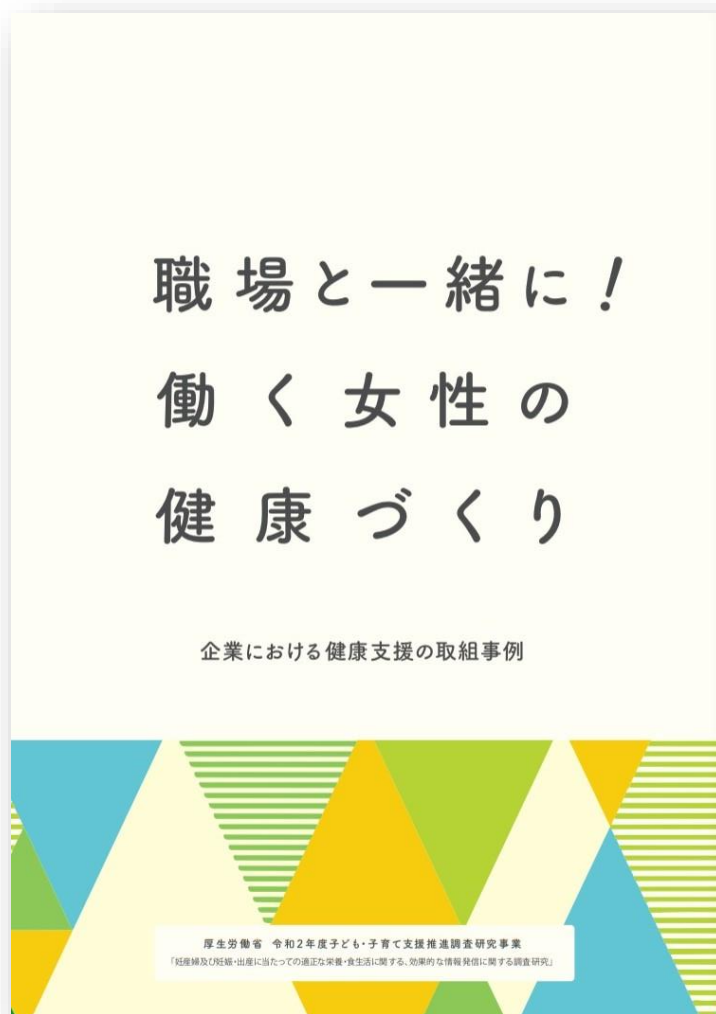
食育マルシェ
SHOKU-IKU MARCHE



食育マルシェのお問い合わせ
株式会社VACAVO（ヴァカボ）

TEL 03-6264-9974

MAIL info@vacavo.co.jp 藤田まで



厚生労働省 職場での女性の健康づくり事例 としてご紹介いただきました！

掲載されている取り組み事例企業7社のうち2社で、食育マルシェをご紹介いただいております

出典：厚生労働省〈令和2年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業〉
「職場と一緒に！働く女性の健康づくり 企業における健康支援の取組事例」



食育マルシェのお問い合わせ
株式会社VACAVO（ヴァカボ）

TEL 03-6264-9974
MAIL info@vacavo.co.jp 藤田まで

女性のあした大賞
サービス大賞受賞！
2018年12月



大賞
365マーケット 食育マルシェ
株式会社ヴァカボ

食のオタクコミュニティ「365マーケット」に在籍する食のスペシャリストがオフィスに出張し、食育セミナー付きの産直野菜マルシェを実施するサービス。セミナーではおいしい野菜の見分け方や保存方法などをクイズ形式で学び、マルシェでは野菜を手頃な価格（または無料）で手に入られる。

Point

- 1 産直野菜をオフィスに届けるだけでなく、学び（クイズ）の機会もサービス
- 2 食に関する知識を学び、社会や家庭での活用が期待される
- 3 食の知識を身につけても取りうる知識が少なかった人への知識の提供を目的

受賞理由

健康への意識が高まる中、大人が食について学びたいというニーズが顕著。自宅で料理をするだけでなく、安心安全な野菜をオフィスで購入でき、一石二鳥。セミナーで学ぶだけでなく、家に持ち帰り、家族との会話にもなる。会社が購入することで社員の健康も、管理も楽。またコミュニケーションなど、会社のメリットも期待される。また、出張する講師、食の資格を持つ女性が多いという点も高く評価された。

審査員長コメント

この人手不足の中、食の知識を持っている女性たちが活躍する場としてオフィスに赴き、食に関する知識を習得するというサービスは総合的に見てこれから必要な事業ではないかと思えます。

受賞者コメント

このたびは本当に感謝の意をいただきありがとうございます。
「365マーケット」は食のオタクコミュニティで、野菜、魚、肉、卵、果、米、豆、小麦などさまざまなジャンルのクイズ、そして講師の得意な人が受講しています。その人たちの活躍の場として、企業において食育をしていく野菜マルシェ付きの食育セミナーが食育マルシェです。セミナーで「どっちがおいしいかなど」や「う？」というクイズが100あり、そのあとに野菜を買えるのですが、女性にとっても人気です。また、受講する講師がクイズが得意な方です。働く女性、ママたち、女性が活躍している社会で、食育マルシェが広がっていくといいなと思います。

株式会社ヴァカボ 代表取締役 奥野隆志さん（写真左）
365マーケットメディア編集長 藤田みずきさん（中央）

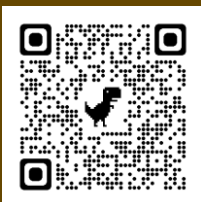
かわさき起業家賞 受賞！ 2019年1月

- 農経新聞（2020.06.01付）自宅勤務の食生活支援
- 週刊ビル経営（2019.03.25付）
- フジサンケイビジネスアイ（2019.03.26付）
- 日経産業新聞（2019.03.08付）
- 日本経済新聞「日経電子版」（2019.02.28付）
- 農経新聞（2019.02.04付）
- HERSTORY REVIEW（2019.02月号）
- Hanakoママweb（2018.4.23付）
- 東商新聞（2017.11.20付）
- フジサンケイビジネスアイ（2017.10.05付）起業・経営面
- 農経新聞（2017.10.02付）4面注目記事
- 日本農業新聞（2017.09.22付）流通経済面
- 瓦版WEB（2017.09.20付）

日本経済新聞「日経電子版」
（2019.02.28付）



フジテレビ「99人の壁」にて野菜のクイズ問題監修



食育マルシェのお問い合わせ
株式会社VACAVO（ヴァカボ）

TEL 03-6264-9974
MAIL info@vacavo.co.jp 藤田まで

<食育について>

食育と健康的な食習慣

「食育活動への参加と健全な食生活の醸成は、密接な関係にあることがうかがえます。」

社内で食育プログラムを受けられる機会を増やす

バランスの良い食事をする人が増える

結果、健康経営やウェルビーイングが実現

食育プログラムを5年以上受けている人はバランスの良い食事をする人が多い傾向

▼食育プログラムの体験と食習慣との関連 合計 2,193人



図4 食育セミナー・体験等の参加の継続性と「主食・主菜・副菜」が3つそろそろ回数(全体)

20代~40代が最もバランスの良い食事をとれていない = 働く世代

▼バランスの良い食事をとっている回数/週 合計 10,000人

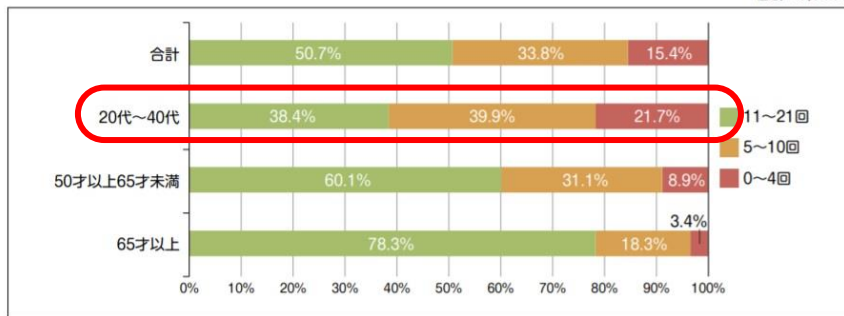


図1 一週間で「主食・主菜・副菜」3つそろそろ回数(朝食・昼食・夕食の合計回数、全体)

出典 食育実践ガイドブック (農林水産省)

ここで言う「食育プログラムとは？」

- ・食育セミナー
- ・体験(料理教室)
- ・農林水産業体験

合計 2,781人



図5 農林漁業体験等の参加の継続性と「主食・主菜・副菜」が3つそろそろ回数(全体)

健康意識の向上 (ヘルスリテラシー)

食育マルシェ サービスHP

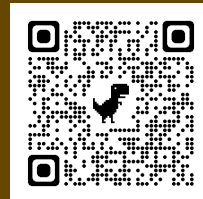


「食育マルシェ」は こんな課題感のある健康経営推進企業様にご導入いただいています

- 健康意識（ヘルスリテラシー）を上げたい
- メタボや食生活が乱れている人が多い
- 特定保健指導の該当者が多い
- 従業員の食生活改善をしたい
- コミュニケーション活性化したい
- 女性従業員が多く、女性に喜ばれる会社になりたい

- ・ 短時間で従業員が参加しやすいもの…
- ・ 担当者の負担が少なくしたい…
- ・ 実施映え（＝社内へ健康経営の周知）のする施策は…
- ・ 本当に従業員に喜ばれるものをしたい…

食育マルシェ
サービスHP ▶



食育マルシェアンケート結果

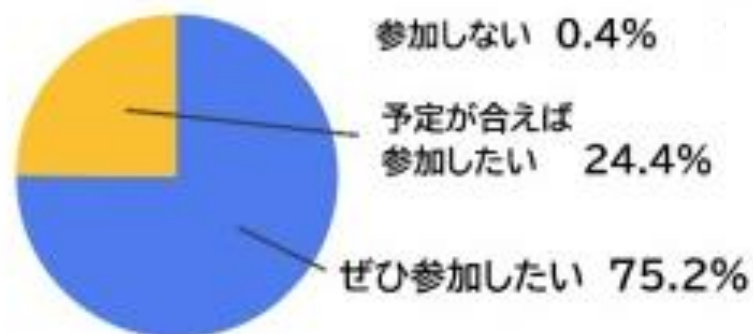
▼**参加者**（オンラインにて実施の企業様の中で、アンケートを弊社にて協力させていただいている企業様のみ2021年1月～12月の実施分）

女性 71%、男性 27.6% 年齢：20代 13.7%、30代 21.9%、40代 30.4%、50代 28.8%、60代以上 4.5%

本日の食育マルシェはいかがでしたか？



また食育マルシェに参加したいですか？ 回答数 424人

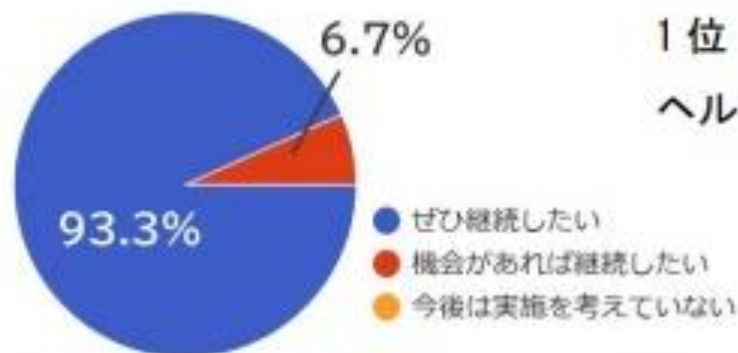


▼**担当者**（弊社にて直接お取引させていただいており複数開催されている企業様）

サービスの満足度は？



また継続実施したいと思いますか？



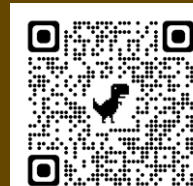
導入のきっかけ・理由

1位 73.3%

ヘルスリテラシー（健康意識）向上

（回答数 15）

食育マルシェ
サービスHP ▶





旬の野菜ベーシックコース



野菜クイズセミナーを実施し
月替わりの野菜をお渡しする

女性の健康づくりコース



クイズセミナー後
大豆をお渡し

ワークショップコース



食育になる
ものづくり体験や調理実習

- ・味噌づくりなどの日本の伝統食文化
- ・野菜の捨ててしまう部分を使ったワーク

食育マルシェ
サービスHP ▶



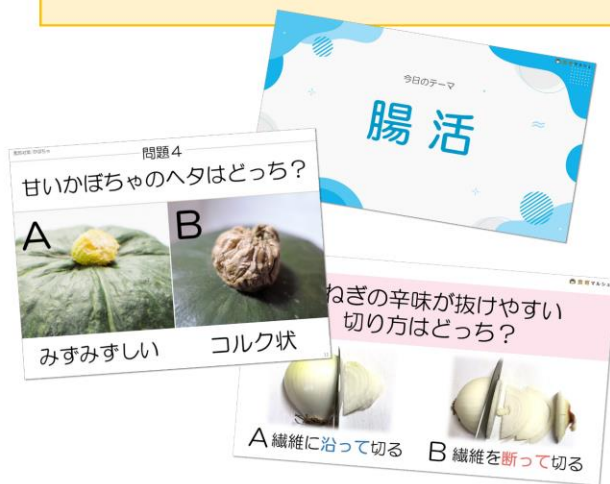
旬の野菜ベーシックコース

参加型のクイズ形式で行う食育セミナーに
野菜のお渡しセットになった**食育プログラム**

食育セミナー

野菜をお渡し

セミナーだけでなく「その後の生活で自ら野菜を食べる」
機会・きっかけをつくる



＼ オフィスでマルシェ ＼



＼ ご自宅へお届け ＼



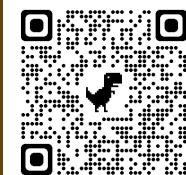
＼ また食べてみよう ＼

この前教えてもらった
濃厚なトマトの特徴だ！



- 集合マルシェ型
- パブリックビューイング型
- オンライン+おうち便型

食育マルシェ
サービスHP ▶





講師が訪問して実施

集合マルシェ型



株式会社ネタもと様



集合型とオンラインを組み合わせた
「ハイブリット開催」も可能

オンライン+おうち便型



パブリックビューイング型



株式会社富士通ゼネラル様

オンラインで開催

※オンラインはzoomを活用しますが、使用NGの場合はTeamsでの開催も可能（Foamsも併用で行います）

食育マルシェ
サービスHP ▶



旬の野菜ベーシックコースのポイント 1

月替わりの旬の野菜&健康テーマ

どの企業様も統一テーマにて実施させていただきます

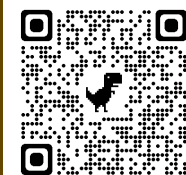


月や年ごとにもテーマが変わるので毎回参加しても飽きず
 テーマごとに惹きつける層が広がる！

【2022年テーマ野菜予定】

- 1月 高血圧／里芋
- 2月 抗酸化／れんこん
- 3月 美肌／パプリカ
- 4月 疲労回復／アスパラガス
- 5月 血液サラサラ／新たまねぎ
- 6月 サトウキビ
- 7月 トウモロコシ
- 8月 なす
- 9月 マッシュルーム
- 10月 玄米
- 11月 レモン
- 12月 セロリ

食育マルシェ
 サービスHP ▶

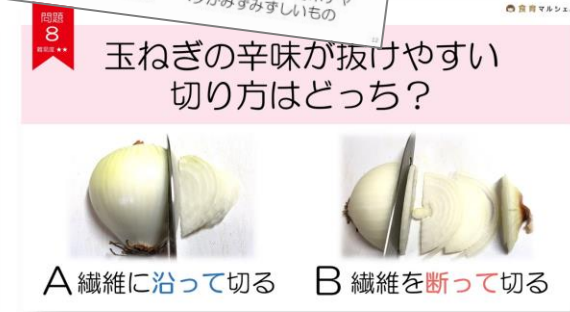


旬の野菜ベーシックコースのポイント 2

参加型クイズで楽しいイベント



← 答えで解説



- クイズ内容 = テーマ野菜の選び方・保存方法・調理のコツ・豆知識など
- 導入2～3スライド + 食育クイズ約10問



クイズ番組に
参加しているよう!

野菜に興味がない人も楽しみながら参加できる！
いつの間にか知識をインプット＆野菜を手にする機会に

クイズ大会に仕立てることも可能

食育マルシェ
サービスHP ▶



旬の野菜ベーシックコースのポイント 3

「食オタ」が推すこだわり生産者の野菜

※野菜ソムリエなどの食の資格者

従業員さまは福利厚生価格で購入できることで
野菜を手にする機会を創ります
また満足度やエンゲージメントもUP



柴海農園（千葉県）



久野農園（埼玉県）



榎本農園（静岡県）



ファームいしばし
（千葉県）



細谷農園（千葉県）



※宅配500円/箱や無料

従業員様のご負担分は請求書
で相殺させていただきます

食育マルシェ
サービスHP ▶



旬の野菜ベーシックコースのポイント 4

講師はその道のプロの資格者



藤田久美子

<保有資格>
野菜ソムリエ (全国チャンピオン)
健康経営アドバイザー
健康マスターエキスパート



豊岡加奈子

<保有資格>
野菜ソムリエPro
調理師



多田ゆかり

<保有資格>
管理栄養士
食生活アドバイザー
マクロビオティックセラピスト
認知症予防食生活支援指導員



増田純代

<保有資格>
野菜ソムリエPro
離乳食、幼児食アドバイザー
冷凍生活アドバイザー

ほか

食育マルシェ
サービスHP ▶



企業ごとの「専用ページ」を作成させていただきます ※おうち便費用に作成費用込み
この専用ページのURLを告知頂くとスムーズです！

専用ページの
サンプルページ



- 開催告知
- 当日のzoom入室URL掲載
- 当日の録画
- 購入ページへリンク
- 野菜の食べ方動画

※録画や食べ方動画など、セミナーには参加できなかった方も全員が視聴可能です
(=専用ページに入れる全従業員が利用可能)

ページはパスワード
設定されます

食育マルシェ
サービスHP ▶



腸内環境を整えるには？

決まった時間に食事・睡眠
朝ごはんを食べる

●食事 ●適度な運動 ●ストレスケア ●睡眠&生活リズム
トリプトファン - セロトニン - メラトニン

善玉菌を増やす！

<理想的なバランス>
善玉菌2：悪玉菌1：日和見菌7

悪玉菌
善玉菌
日和見菌

※日和見菌は優勢な方に味方する

食育マルシェ

12:10スタートです！
今しばらくお待ちください！

食育マルシェ、毎月19日「食育の日」に開催です！

【次回開催】
1月19日（水）12:10～12:40
テーマ野菜 里芋

ぜひみなさまお誘いあわせの上ご参加ください！

スプレッドライトを削除

食育講師 多田 ゆかり

← 会の運営や申込方法説明などもお任せください！

ポップアップで答えて各自参加できる！

問題 5 難易度 ★

サツマイモの適切な保存場所として適切なものはどれか？（単一選択）

A 冷蔵庫の冷蔵室（5℃）
B 涼しい廊下（13℃）
C 暖房がついたエアコンの下（25℃）

1/1が回答しました

送信

回答は誰に表示されますか？


食育マルシェ

オンライン開催 実際の様子
「腸内環境/さつまいも」

食育マルシェ サービスHP

問題 6
難易度 ★

美味しいサツマイモはどれでしょう？



A 両端が細長い
B 側根の穴が深い
C 切り口から蜜が

投票 現在、投票結果 (ホストによる共有) が表示されています


問題 6

1. 美味しいサツマイモはどれでしょう？ (単一選択) *

A 両端が細長い	25%
B 側根の穴が深い	15%
C 切り口から蜜が出ている	60%

あなたの答え: C 切り口から蜜が出ている

閉じる



簡単！サツマイモを蒸す方法

蒸し器がなくてもできる！

！同じ紅あずまで比較した糖度！

炊飯器



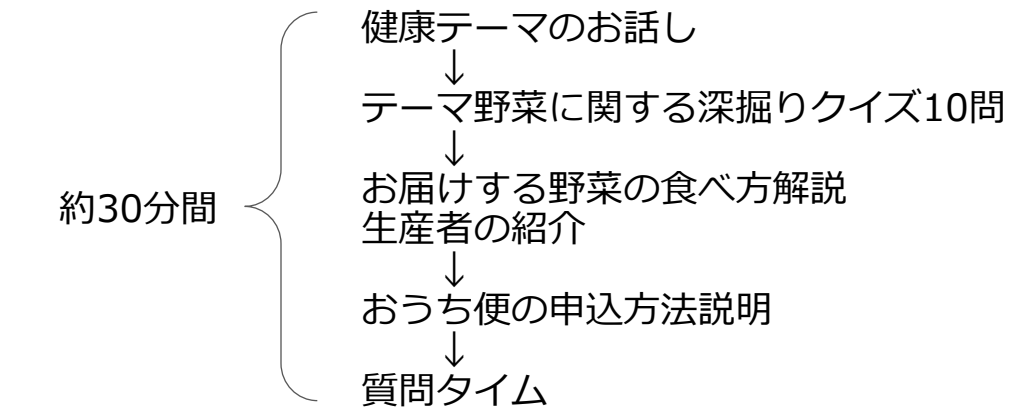
- ① 半分程度に切ったサツマイモと水を1合の目盛まで入れる
- ② 「炊飯」を押す

⚠️ 使用方法としてメーカーでは推奨していない場合もあります
炊飯器の説明書を確認し、自己責任で行ってください

フライパン



- ① フライパンに丸ごとサツマイモを入れ水位2cmほどの水を入れる
- ② 蓋をして弱～中火で加熱し、竹串がスッと刺さるまで蒸す (途中で上下を返す)



ホクホク系 (粉質)

紅あずま 東日本で主流
ホクホク甘くて栗のような風味

高系14号 西日本で主流
〇〇金時と名付けることが多い
繊維質が少なく早い時期から出荷

ごとうりま 香んと香 五郎島金時 (石川県)	香かいで 香んと香 坂出金時 (香川県)
香ると 香んと香 鳴門金時 (徳島県)	たいさい 香んと香 大栄愛娘 (千葉県)

しっとり系

紅はるか
従来品種より「はるかに甘い」が名前の由来で高糖度

シルクスイート
シルク (絹) の名の通り、滑らかな食感が特徴で糖度も高い

ねっとり系

安納芋 ※皮の色が赤みor黄み
鹿児島県種子島の在来種で「安納紅」と「安納こがね」がある



カラー系

▼中が紫色 パープルスイートロード アヤムラサキ	▼中がオレンジ色 人参芋 マロンゴールド
--------------------------------	----------------------------

食育マルシェ
サービスHP



お届け先などの個人情報は従業員さまがご自身でECサイト上にて入力

弊社運営の食育通販サイト「たべいく」の特設ページへ遷移



担当者さまにてExcelなどでの個人情報取りまとめ不要です!

食育マルシェ
サービスHP ▶



約1週間後…従業員のご自宅に野菜BOXが届く



セミナーで学んだ食材が
ご自宅に届く！



↑コールラビ



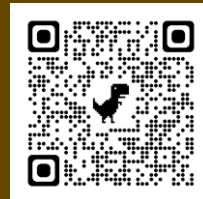
↑カリフラワーレ

各野菜の
食べ方動画
完備！

野菜 5袋入り



食育マルシェ
サービスHP ▶



予定数に満たなかった野菜BOXは
実施企業様のお名前で福祉施設や子ども食堂へ寄付させていただきます
健康経営の取り組みと同時にCSRの活動にもご活用いただけます



実際の寄付先
受け取りの様子



食育マルシェ
サービスHP ▶



※ご指定のお送り先がある場合は、事前にお申し付けください（食堂へ納品する等可能です）

「見学体験コース」新登場！

● 農業体験

実際に畑へ行って、収穫体験などを行う



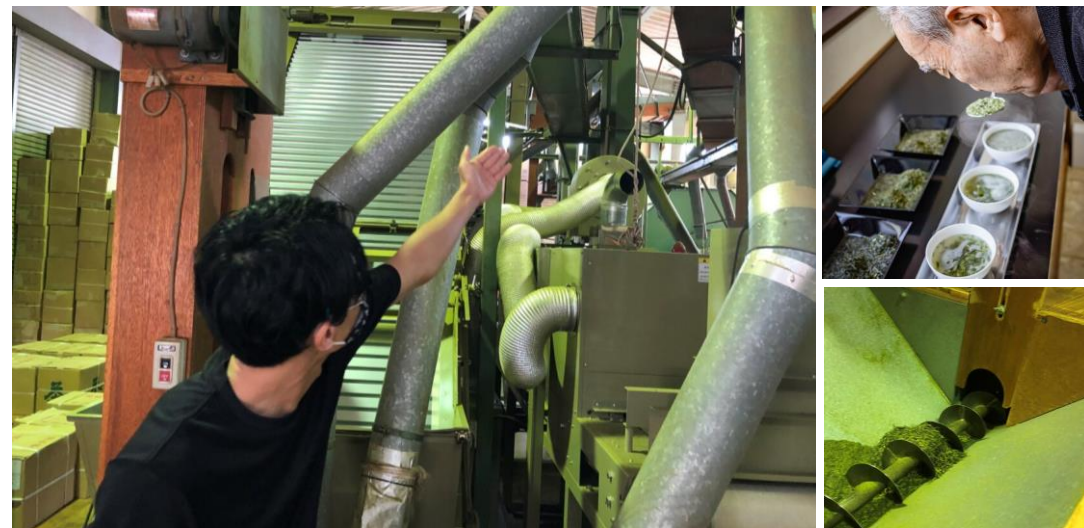
● オンライン収穫体験

自分で選んだものを生産者が代理収穫し、自宅に届く



● 製茶工場見学

狭山茶の茶商にその工場を案内いただいたり合組を実演いただいたりします。ワークショップ「ほうじ茶焙じ体験」も同時に開催可能

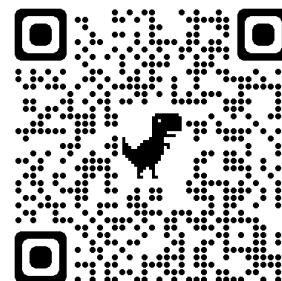


● 牧場見学

新嘗祭で皇室へも献上された牛乳の牧場をご案内いただきます
牛乳をご自宅に宅配も可能

● コーヒー焙煎工場見学

コーヒーの焙煎工場を見学し、同時開催でコーヒーの淹れ方ワークショップ、またはコーヒー焙煎体験ワークショップも開催可能



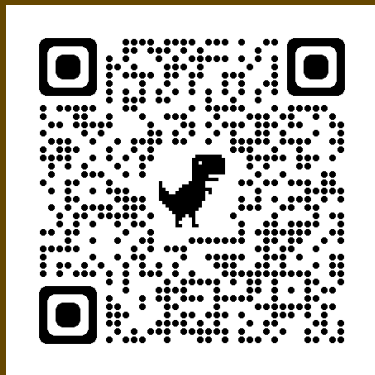
←アンリツ株式会社様での開催レポート

食育マルシェ
サービスHP ▶





食育マルシェ
SHOKU-IKU MARCHE



お問い合わせ

株式会社VACAVO (ヴァカボ)

TEL 03-6264-9974

MAIL info@vacavo.co.jp 藤田まで