

はかるたいせつPROJECT

～「健康でいきいきとした毎日」はみんなの想い～



食品安全に関する情報の紹介や、健康づくりの取り組みをすすめています

「はかるたいせつプロジェクト」は、商品検査センター開設50周年の2017年にスタートしました。商品はもちろん、一人ひとりの食習慣などを「はかる(計る、測る、量る)」ことで、「健康づくり」のきっかけとなるような取り組みをすすめています。



はかるたいせつプロジェクト [検索](#)

たべるをはかる

西宮市保健所、西宮栄養士会と共催で、野菜を十分にとり、バランスの良い食事を啓発する活動「野菜を食べよう ベジ活キャンペーン」を行いました。東京大学の佐々木敏先生考案の「BDHQ質問票」を活用した食習慣チェック、ベジチェック®による野菜摂取レベルの体験、栄養相談などを実施。旬の食材釣りゲームや食べ物の栄養成分にまつわるゲームなどもあり、子どもたちにも楽しんでもらいました。



10月、「ほんとうの『食の安全』を考える」をテーマにイベント「商品検査の日に学ぼう」を開催しました。多様な食品をバランス良く食べることでリスクの低減につながることや、健康に関するさまざまな情報に惑わされないよう、情報を見極める大切さなど、食の安全の基本的な考え方を学びました。



はかるをひろめる

店舗の共済相談会などで、健康への関心を高めてもらうよう、測定器を使った健康測定を実施しました。また、健康状態やライフステージに合わせた保障を提案し、保障を見直すきっかけづくりを行っています。



カラダをはかる

感染症予防や食中毒予防の基本は手洗いです。手の汚れを調べる測定器を使った体験を通して、正しい手洗い手順の普及活動を行っています。



「フレイル」とは、病気ではないけれど、年齢とともに筋力や心身の活力が低下した状態のこと。オンラインアンケートや学習会を開催しフレイル予防について伝えています。



健康チャレンジ



兵庫県内、大阪府内の生協の仲間と共に「健康チャレンジ」を実施しました。自分が選んだ健康づくりのプログラムを継続できるようにサポートしました。



2025年度、商品検査センターでは、商品検査(3654件)による商品チェック、商品お申し出調査(2722件)により組合員の声に応える活動を実施しました。詳細は広報誌『Hakaru(はかる)18号』をご覧ください。

