

学生が若年層の野菜不足を解消するためのアイデアを提案する 「20 代の野菜不足解消アイデアコンテスト 2025」

全国から集まった 169 件の応募の中から、 “モテ指標” 等の可視化で理想の自分に近づくための 野菜摂取促進アプリの提案が 1 位を獲得

カゴメ株式会社(代表取締役社長:山口 聡、本社:愛知県名古屋市)は、日本人の野菜摂取量が不足していることの理解を深め、野菜の重要性を訴求するための「野菜をとろうキャンペーン」の一環として、趣旨にご賛同いただいた企業・団体とともに「野菜摂取推進プロジェクト」を行なっています。

今年度は、特に野菜摂取が大きな課題となっている若年層に向け、野菜摂取の意識を高めていただくため、4月から11月にかけて、全国の学生(大学・大学院・高等専門学校・専門学校)を対象とした「20 代の野菜不足解消アイデアコンテスト」を実施しました。

コンテストには、全国から 169 件の応募が集まり、2025 年 11 月 18 日(火)には一次審査を通過した5チームが参加し、最終審査会を実施しました。審査では、各チームがプロジェクトに加盟する企業・団体の関係者の前でプレゼンを行い、投票の結果、青山学院大学のチーム「NEXVEGE」による、「“モテ指標” 等の可視化で理想の自分に近づく野菜摂取を促進するアプリ」の提案が1位を受賞しました。審査を務めたプロジェクトの参画企業の担当者からは、「若者の率直な声を聞いて、大変参考になった」、「20 代の人々は未来の健康への投資意識が低いという事を生の声として教えてもらった」という感想の声が上がりました。

厚生労働省が提唱する健康づくりの指標『健康日本 21(第三次)』で定められている野菜摂取量の目標値は 1 日あたり 350g ですが、日本の 1 人当たりの平均野菜摂取量は約 256g。特に 20 代(若年層)の野菜摂取状況は男性 230.9g、女性 211.8g[※]と深刻な状況が続いています。今後もコンテストなどの取り組みを通じて、若年層の野菜摂取を促進するための企画を積極的に展開し、健康的な食習慣の定着を目指してまいります。

※出典:令和 5 年(2023 年)厚生労働省 国民健康・栄養調査



■「20代の野菜不足解消アイデアコンテスト2025」概要

[募集テーマ] 野菜が不足している20代男女※の野菜摂取量を持続的かつ習慣的に増やすためのアイデアについて、「野菜摂取推進プロジェクト」賛同企業のリソースを活用して考える。

商品・サービス関連、広告・PR・プロモーション関連、そのほかどのような企画でも対象となる。

※「20代/社会人/1人暮らし」とする

[審査員] 野菜摂取推進プロジェクト賛同企業各社

[参加対象] ・18歳以上／大学、大学院、高等専門学校、専門学校の学生 ※社会人入学生は除く

・日本国内に在住している方(提出書類は日本語のみ)

・1人でも複数人のチームでも可。最大人数の制限はなし

[審査概要] 募集期間:2025年4月23日(水)～8月31日(日)

一次審査:2025年10月初旬

応募総数169件の中から、審査員による書類審査で5件のチームを決定。

最終審査:2025年11月18日(火) 最終プレゼンテーション審査により、入賞チームが決定

▼「20代の野菜不足解消アイデアコンテスト」特設サイト

<https://yasaiwotorou-idea.com/>

■最終審査会の概要

[日時] 2025年11月18日(火)13:00～14:30

[場所] 日本橋浜町Fタワープラザ3階
〒103-0007 東京都中央区日本橋浜町3-22-1

[プログラム] ・学生によるプレゼンテーション
・野菜摂取推進プロジェクト賛同企業各社による審査
・審査結果発表・表彰

[参加者] 審査員:野菜摂取推進プロジェクト 16企業・団体、および農林水産省
出場者:学生 5チーム 15名

[審査方法] 学生が発表したアイデアに対して、審査員が「独創性」「問題・解決策の明確化」「アイデアの具体性」の3項目を基準として評価し、投票。

[表彰] 第1位:30万円
第2位:10万円
第3位:5万円

■カゴメ株式会社代表取締役社長山口聡による総評



「皆さんの提案から、多くの気付きと刺激をいただきました。野菜摂取に対するリアルな本音を起点として、一連のプロセスに対して真摯に取り組んでいただきました。20代の野菜不足という課題に正面から向き合っていただき、ありがとうございました。若年層の野菜摂取量は著しく減少傾向にあり、ぜひ参加者の皆さん自身も行動に移して、周囲の人にも伝えていってほしいと考えています。

今回のように、アイデアを考える、伝える、形にするということは、社会に出ても大変重要です。このコンテストをきっかけにして、色々な事にチャレンジしてください。今後の活躍を心から応援しています。」

■最終審査会の結果と各チームの発表内容

第1位



グループ名：青山学院大学 NEXVEGE

アイデア名：NEXVEGE

内 容：野菜不足による悩みを感じていない20代に向けて、野菜摂取を「健康のための義務」ではなく、「理想の自分になるための手段」として捉えるためのアプリ「ハピフィット」を考案。肌荒れ等の悩みに対して、アプリが野菜を活用した提案を行う。野菜摂取の先にある“モチ指標”を可視化することで、具体的な目標に変えていく。インフルエンサーを活用したプロモーションも提案。

受賞のコメント：頑張ってきた事がこのような形で報われて嬉しいです。今回のアイデアを考える中で、野菜には20代の悩みの解決につながる栄養がたくさん含まれている事を知りました。若者にも野菜摂取意識がしっかり芽生えると良いと考えています。

第2位



グループ名：奈良県立大学 MURAVEGE(ムラベジ)

アイデア名：MURAVEGE(ムラベジ)

内 容：オンラインシステムからの定期購入で、1日分の野菜を継続的に摂取できる野菜ゼリー飲料「ベジドロップ 350」を考案。「健康のために、自分でお金を払って野菜を食べよう」という20代が少ない一方、親世代は仕送りを行っても野菜を摂取してほしいと考えている現状を受け、親が料金を負担し、子供が商品をコンビニエンスストアのカプセルトイマシンで受け取る仕組みを提案。

受賞のコメント：このようなプロジェクトに参加して、周囲の人の支えを感じました。一つのゴールに向かって取り組むことがモチベーションになりました。この過程を無駄にしないように社会人になっても頑張りたいです。

第3位



グループ名：東京聖栄大学 チームV

アイデア名：野菜を「気づかず食べる」ステルス戦略

内 容：手軽に1食分の野菜を摂取できるディップソース「べじっぷ」を考案。30通り以上の試作を行い、カゴメ「野菜生活 100」の濃縮液にはちみつや甜面醬、にんにく等を混ぜた「密醬ソース」を開発。気づかず食べるステルス戦略は未来の食インフラになると提案。

受賞のコメント：自分たちもたくさんアイデアを練りましたが、他のチームのアイデアもとても良かったです。来年から管理栄養士として働くので、今回の経験を活かしたいです。これからも躍進できるように頑張ります。

第4位



グループ名：京都芸術大学 ナニナベ？

アイデア名：ナニナベ？

内 容：野菜を主役にしたカラフルな鍋セットを考案。赤鍋はトマト、黄色鍋は芋類、緑鍋は葉物野菜など、野菜の色の力を食卓で実感できる。別売りのフレーバーキューブを加えることで、自分好みの鍋が完成。材料とフレーバーを気分や体調によってアレンジできる。若年層の推し活や SNS 文化も意識した提案。

第5位



グループ名：九州栄養女子大学 ベジ女

アイデア名：野菜 350g を使った「野菜米」

内 容：1 日の供給熱量の約 2 割は米から摂取していること、20 代は食事に対して手軽さや効率性、サステナブルを意識していることを受け、野菜をペースト状にし、米粉を混ぜて米粒状にした「野菜米」を考案。いつもの米を野菜米に置き換えることで、栄養を手軽に摂取できる。廃棄される野菜も使用することができるため、食品ロス削減にもつながると提案。

■野菜摂取推進プロジェクトについて

野菜摂取の目標量は「350g/1 日」※。この目標達成にむけ 2020 年 1 月に「野菜摂取推進プロジェクト」は発足しました。野菜摂取促進を通じ健康寿命の延伸という社会課題にアプローチするために、「野菜摂取推進プロジェクト」は日々、様々な企業・団体の知見を結集し、オープンイノベーションによって大きな力を生もうと活動しています。

※「厚生労働省 健康日本 21(第三次)」が推奨する 1 日の野菜摂取目標量は、350g

▼「野菜摂取推進プロジェクト」特設サイト

<https://www.kagome.co.jp/statement/health/yasaiwotorou/project/>

＜報道機関様むけのお問い合わせ先＞

カゴメ株式会社 コーポレート企画本部 経営企画室 広報グループ 北川、和久井 TEL:03-5623-8503