2026 年 11 月 20 日

＜ニュースリリース＞

「20 代の野菜不足解消アイデアコンテスト 2026」

最終審査会を 2026 年 11 月 18 日(水)に開催！
毎日の体重測定時に野菜摂取状況などを
直感的に可視化するアプリの提案が 1 位を獲得

カゴメ株式会社（代表取締役社長：奥谷晴信　本社：愛知県名古屋市）は、野菜摂取促進を通じ健康寿命延伸という社会課題解決に取り組む「野菜摂取推進プロジェクト」の活動の一環として、特に野菜摂取不足が深刻な若年層の意識変容と習慣化を目指し、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 2026」を実施しました。本コンテストは昨年に続き、2 年連続の開催となります。

今年度は 2026 年 3 月 2 日(月)から 8 月 31 日(月)にかけて募集を行い、全国から 167 件の独創的なアイデアが集まりました。厳正な一次審査を通過した 5 チームが、2026 年 11 月 18 日（水）に東京都内で開催された最終審査会に登壇し、プロジェクト賛同企業各社および関係者の前で熱気あふれるプレゼンテーションを行いました。



審査員による厳正な投票・審査の結果、見事京都芸術大学のチーム「からふるにんじん」による「毎日の体重測定時に野菜摂取状況などを直感的に可視化するアプリ」が第 1 位を獲得。
会場の賛同企業担当者からは、「若者ならではの独創的な発想と、収益性や継続性まで見据えた具体的な企画が多く、大変感銘を受けた」など高い評価の声が寄せられました。

▼【動画】「20 代の野菜不足解消アイデアコンテスト 2026」最終審査会 ダイジェスト映像
URL：https://www.youtube.com/watch?v=uOUJYWa1o4E





【今年の応募傾向：20 代が抱える「タイパ/コスパ」志向と「福利厚生・美容」への期待】
応募された 167 件の企画書を分析したところ、若年層の野菜摂取を阻む最大の障壁として「調理の手間」や「タイパ（タイムパフォーマンス）／コスパ（コストパフォーマンス）」といった忙しさや効率を重視するキーワードが上位を占めました。また、野菜を食べるモチベーションや解決策としては、「福利厚生」や「美容」、「ポイント還元」などが頻出しました。20 代にとって野菜摂取は、単なる健康維持の義務ではなく、自分への投資や、企業・社会からのサポート（福利厚生）を伴って初めて習慣化できるものとして捉えられていることが推察できました。

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 258.7g。特に 20 代（若年層）の野菜摂取状況は男性 218g（約 132g 不足）、女性 210g（約 140g 不足）※と深刻な状況が続いています。
当社は本プロジェクトを通じて、今後もコンテストを始め、多様な企業・団体のリソースを掛け合わせたオープンイノベーションを通じ、若年層の自発的な野菜摂取を促す取り組みを継続・強化してまいります。
※出典：令和 6 年（2024 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 2026」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：2026 年 3 月 2 日(月)～8 月 31 日(月)
一次審査：2026 年 10 月初旬
　　応募総数 167 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：2026 年 11 月 18 日(水) 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 2026」特設サイト
https://yasaiwotorou-idea.com/

＜最終審査会の概要＞

■ 日時

2026 年 11 月 18 日（水）13:00～15:00

■ 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

第４位　3 万円

第５位　2 万円

＜カゴメ株式会社代表取締役社長 奥谷晴信による総評＞

甲乙つけがたい、個性あふれる発表ばかりでした。個人への働きかけにとどまらず、企業や周囲の力を活用しながら、野菜摂取を促進する仕組みをつくるという、学生の皆さんならではの視点に、多くの新しい気づきをいただきました。

変化の激しい時代において、若い世代のリアルな感性や声を事業に活かしていくことは、企業にとっても極めて重要です。皆さんには、社会に出てからも、ぜひフレッシュな目線を大切にし、自分なりの考えを発信し続けてほしいと思います。今後もこうした交流を続けながら、若い世代の皆さんと共に、野菜摂取の推進に取り組んでいきたいと思います。



＜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　：　京都芸術大学 からふるにんじん
アイデア名　：　Vege Scale
内容：　自炊や運動習慣があり健康意識が高い層でも、自身の野菜不足に気づいていない 20 代が多い点に着目。「新しい習慣を無理に増やすのではなく、既存の習慣を活かす」アプローチとして、ベジチェック®機能を搭載した体重計と連動するレシピアプリ「Vege Scale」を考案。毎日の体重測定時に野菜摂取状況などを直感的に可視化し、手元の食材や気分に合わせたレシピ検索・提案へスムーズにつなげ、無自覚な野菜不足への気づきから自発的な摂取行動への定着を促す。

受賞のコメント：　このような賞をいただき夢のようです。この場に来ることができて、嬉しく思います。もう 1 人尽力してくれたメンバーがいるのですぐに報告したいです。賞金の使い道はこれからの成長に役立てたいと思います。このような場を用意していただきありがとうございます。胸がいっぱいです。

■ 第２位



グループ名　：　慶應義塾大学・早稲田大学・明治学院大学 Uma-me（ウマミー）
アイデア名　：　Uma-me：「野菜ってめんどうくさい」を解決する、″あなただけの″料理専門パートナー
内容：健康意識はあっても「手間・価格・物足りなさ」から野菜摂取が後回しになる 20 代一人暮らしに向けて、「人がレシピに合わせるのではなく、レシピが自分に合わせる」料理支援アプリ「Uma-me（ウマミー）」を考案。AI が投稿レシピの要点を「プロット化」し、利用者の時間・予算・冷蔵庫の食材や不足栄養素に合わせて、時短や野菜の追加、食材の代替などを柔軟にアレンジ提案する。料理上級者の工夫を初心者でも再現可能にし、「食べたい料理」を起点とした無理のない自炊と野菜摂取の習慣化を提案。

受賞のコメント：　本日はこのような機会をいただきまして、本当にありがとうございました。正直私たちのグループのアイデアは野菜よりも料理にフォーカスしていたので不安な思いもありました。ただ、野菜の摂取量を増やすということを考えると料理全体にアプローチする必要があると考えてここまでやってきました。そのアイデアが 2 位という形で評価いただけて大変光栄に思っております。



■ 第３位
グループ名　：　國學院大學 Vege Pop
アイデア名　：　Vege Pop
内　　容　：　一人暮らしの 20 代社会人が抱える「時間や経済的余裕のなさ」に着目し、国の目標に対して不足している野菜「あと約 100g」を手軽に補える野菜ボール「Vege Pop」を考案。1 個 33g の野菜ボール 3 個（計約 100g）で不足分をカバー。下ごしらえ不要で、解凍してスムージーやスープ、野菜炒め等に数分で手軽にアレンジできる。企業の福利厚生（食事補助）として導入することで低価格を実現し、連携アプリ「With Pop」による健康管理や社内ランキング等の仕組みで継続を後押しする、タイパとコスパに優れた新しい食習慣を提案。

受賞のコメント：　本日はこのような会場で発表をさせていただき光栄です。半年以上時間をかけて考えた私たちの案が 3 位という形で評価していただけたことを大変嬉しく思います。ありがとうございました。

■ 第４位



グループ名 ： 近畿大学 VNTI（ブイエヌティアイ）
アイデア名 ： VNTI　ベジヌードル・タイプ・インジケーター
内　　容 ： 生野菜の調理・保存の手間や「何の栄養素が足りないか分からない」という 20 代の課題に対し、食生活診断「VNTI」と冷凍万能麺「ベジヌードル」を掛け合わせた食生活改善策を考案。若者に馴染み深い性格診断のように、食習慣から不足栄養素を 6 タイプで可視化し、診断結果に応じて不足野菜が練り込まれた最適な麺を提案する。主食を置き換えてレンジ調理するだけで手軽に 1 食 150g の野菜を摂取でき、和洋中どんなアレンジにも対応。

■ 第５位



グループ名 ： 慶應義塾大学 MIDAS（マイダス）
アイデア名 ： 野菜の差し入れ｜会社が払い、家に届く。20 代ひとり暮らしの「夜と休日」を埋める食の福利厚生
内　　容 ： 20 代ひとり暮らしの野菜不足を「意識ではなく、安い炭水化物が選ばれる構造の問題」と捉え、「払う人（企業）」と「食べる人（社員）」を分ける食の福利厚生を考案。1 食 175g（1 日の目標の半分）の野菜を含む冷凍食を自宅に届け、社食が届かない「夜と休日」を埋める。本人が選ぶのは申込時の一度だけで、負担は 1 食 500 円とコンビニ弁当と同価格帯。2026 年 4 月に月 7,500 円へ拡大した食事補助の非課税枠を原資とし、導入前後の変化を「ベジチェック®」等で数値化して企業に返すことで、続く制度として設計した。

＜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　堀江・和久井　　TEL:03－5623－8503