

令和2年度市町村先駆的
健康づくり実施支援事業

活 用 事 例 集

福島県保健福祉部

健康づくり推進課

令和3年6月

つとめ、つとめ、
実現する
ふくしま



1	はじめに.....	1
---	-----------	---

2	活用事例（市町村名 事業名）.....	2
---	---------------------	---

◆運動(メタボ対策、運動習慣の定着)◆

桑折町	献上桃の郷 ウォーキングチャレンジ事業.....	3
田村市	田村市健康づくり推進事業.....	5
浅川町	歩行改善プログラム.....	7
棚倉町	歩いて・測って・学ぶ健康づくりプログラム.....	9
矢祭町	歩行年齢若返り事業.....	11
会津若松市	ウォーキングの“質”向上プログラム教室（歩行力測定会）.....	13
西会津町	働き盛り健康うんどう教室.....	15
南会津町	歩いて応援南会津プロジェクト.....	17
広野町	RIZAP ボディメイクプログラム.....	20

◆食事(減塩、野菜摂取、食習慣改善)◆

白河市	野菜で健康応援プロジェクト事業.....	22
矢吹町	健康づくり事業（ベジライフセミナー）.....	24
郡山市	働き盛り世代の野菜摂取応援 ベジライフ推進事業.....	26

◆職場での健康づくり◆

郡山市	働き盛り世代の野菜摂取応援 ベジライフ推進事業【再掲】.....	26※
西会津町	働き盛り健康うんどう教室【再掲】.....	15※
いわき市	官民共創健康づくり事業「いわき健康シャイン◇プロモーション事業」...	28

◆参考◆

	レポート「福島県×会津若松市×花王」.....	30
--	-------------------------	----