

令和4年度市町村先駆的
健康づくり実施支援事業

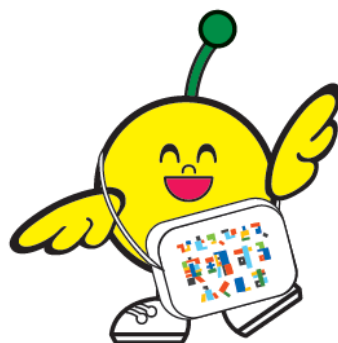
活 用 事 例 集

福島県保健福祉部

健康づくり推進課

令和5年6月

つとめ、つとめ、
実現する
ふくしま



目次

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)◆		
石川町	特定保健指導 運動・栄養教室.....	3
平田村	ひらた健康アップ事業.....	5
三春町	三春町健康増進プログラム事業.....	7
小野町	歩行力改善プログラム事業.....	11
西郷村	西郷村健康プログラム.....	15
棚倉町	歩いて元気アッププログラム.....	19
会津若松市	RIZAP オンラインセミナー.....	21
下郷町	RIZAP 健康応援プロジェクト.....	23
檜枝岐村	檜枝岐村健康増進事業 with RIZAP.....	27
南会津町	みなみあいづ with RIZAP.....	31
◆食事(減塩、野菜摂取、食習慣改善)◆		
桑折町	血糖変動チェックプラン事業.....	35
西会津町	健康セミナー・ベジチェック！.....	37
広野町	じぶんで血糖チェック.....	41
葛尾村	糖尿病予防セミナー.....	43
◆職場での健康づくり◆		
いわき市	官民共創健康づくり支援事業.....	45