

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
1	健康情報提供事業	宇都宮市 保健福祉 相談担当 【西部】	10	1	(火)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	・富屋地区市 民センター ・国本地区市 民センター ・篠井地区市 民センター ・城山地区市 民センター	・乳がん予防啓発、パネルの掲示 ・10/1(火)～10/31(木)まで実施	地区市民セ ンター来所 者	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(西部)	028-665- 3698	可
2	親子の健康・栄養相談	宇都宮市 保健福祉 相談担当 【西部】	10	2	(水)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	・富屋地区市 民センター ・国本地区市 民センター ・篠井地区市 民センター ・城山地区市 民センター	乳がん予防啓発 ・乳がんモデルの触診体験・リーフレット等配布 ・10/2(水)富屋、10/10(木)城山、10/17(木)国本、 10/23(水)篠井。	健康相談来 所者	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(西部)	028-665- 3698	可
3	子育て講演会	宇都宮市 保健福祉 相談担当 【西部】	10	18	(金)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	・富屋地区市 民センター	乳がん予防啓発 ・乳がんモデルの触診体験・リーフレット等配布	講演会来所 者	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(西部)	028-665- 3698	可
8	地区市民センターロビー展示	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (東部)	10	1	(火)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	平石地区市民セ ンター 瑞穂野地区市民 センター 清原地区市民セ ンター	がん予防啓発 ・リーフレット等配布 ・健康情報の掲示	地区市民セン ター来場者	-	宇都宮市	保健福祉総務課 保健福祉相談担当 【東部】	028-661- 2369	可
9	陽東祭	宇都宮市 陽東小・ 陽東地区 まちづく り協議会	10	19	(土)	開始 9 : 30 終了 14 : 00	陽東地域コミュ ニティセンター	・地区文化祭の中での、健康づくり推進員 (健康づくりボランティア)による出展 ・健康づくりコーナー(血流・握力測定等) ・パネル展示など	陽東地区住民	-	陽東地区健康 づくり推進員	保健福祉総務課 保健福祉相談担当 【東部】	028-661- 2369	可
11	歯の健康講座【青壮年期編】 ～親子で歯みがきピカピカ教室～	宇都宮市 保健セン ター	10	20	(日)	開始 10 : 30 終了 12 : 00	宇都宮市保 健センター	・歯科医師による乳児期におけるむし歯予防や家族全体の歯 や口腔の健康づくりに関する講話 ・歯科衛生士による乳歯の手入れ、家族全体の口腔ケアに関す る実技指導 ・むし歯菌検査 ・歯周病検査 ・歯科医師、歯科衛生士による相談会(希望者のみ)	0・1歳児と その保護者 【要予約】	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkoku/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkoku/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028- 627-6666	可

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
12	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	3	(木)	開始 9 : 30 終了 11 : 30	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
13	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	6	(日)	開始 14 : 00 終了 16 : 00	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
14	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	7	(月)	開始 9 : 30 終了 11 : 30	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
15	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	21	(月)	開始 14 : 00 終了 16 : 00	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
16	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	24	(木)	開始 14 : 00 終了 16 : 00	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
17	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	25	(金)	開始 9 : 30 終了 11 : 30	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
18	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	27	(日)	開始 14 : 00 終了 16 : 00	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuou/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
19	運動チャレンジタイム	宇都宮市 保健センター	10	31	(木)	開始 9 : 30 終了 11 : 30	宇都宮市保健センター	・エクササイズDVDの放映と運動スペースの提供 ・体幹トレーニングマシンなどの体験 ・ウォーキングスペースの提供	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
20	食育教室【妊娠期編】 ～ママパパ食育教室～	宇都宮市 保健センター	10	6	(日)	開始 10 : 00 終了 11 : 30	宇都宮市保健センター	・妊娠中に必要な栄養や食事バランスについての講話 ・家族を守り、頑張るパパへの食事アドバイス	妊娠9か月(35週)までの妊婦とその夫 【要予約】	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
21	しっかり貯筋教室 5期生-1回目	宇都宮市 保健センター	10	15	(火)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	宇都宮市保健センター	・ロコモティブシンドローム予防や認知症予防のための運動や栄養に関する講話、脳トレ、筋力測定など ※5回コース	市内在住の65歳以上の人 【要予約】	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
22	しっかり貯筋教室 5期生-2回目	宇都宮市 保健センター	10	29	(火)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	宇都宮市保健センター	・ロコモティブシンドローム予防や認知症予防のための運動や栄養に関する講話、脳トレ、筋力測定など ※5回コース	市内在住の65歳以上の人 【要予約】	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
23	エクササイズデビュー教室 2期生-2回目	宇都宮市 保健センター	10	4	(金)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	宇都宮市保健センター	・腹囲や体重を減らすための、やや強度の高い筋力運動や有酸素運動の実技、食生活に関する講話やワークショップ、腹囲・痩せやすさの測定など ※6回コース	市内在住の30～64歳までの人 【要予約】	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
24	エクササイズデビュー教室 2期生-3回目	宇都宮市 保健センター	10	18	(金)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	宇都宮市保健センター	・腹囲や体重を減らすための、やや強度の高い筋力運動や有酸素運動の実技、食生活に関する講話やワークショップ、腹囲・痩せやすさの測定など ※6回コース	市内在住の30～64歳までの人 【要予約】	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/kenkokuiki/kouza/1004463.html</a>	宇都宮市	保健センター	028-627-6666	可
25	うつのみや食育フェア	宇都宮市 うつのみや食育フェア実行委員会	10	6	(日)	開始 10 : 00 終了 15 : 00	宇都宮城址公園	・MY歯ブラシ作りなどの参加体験型ブースや、地元食材を使用した美味しいフード&ドリンクの販売ブース出展(約80団体) ・料理研究家柳澤英子の健康&簡単レシピ講座や中学生による『お弁当コンクール』入賞校調理披露などのステージイベント ・食育に関するクイズラリー	市民	<a href="https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/s_hokuiku/fair/1004764.html">https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/s_hokuiku/fair/1004764.html</a>	うつのみや食育フェア実行委員会	健康増進課 企画G	028-626-1128	可

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
30	パネル展示 (健康情報コーナー)	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (中央 部)	10	1	(火)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	・市役所本庁 舎 ・豊郷地区市 民センター ・中央生涯学 習センター	乳がん予防啓発 ・パネル展示・リーフレット等配布 ・健康情報の掲示 ・10/1(火)～10/31(木)まで実施	市役所本 庁、豊郷地 区市民セン ター、 中央生涯学 習センター 来所者	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(中央 部)	028-632- 2941	可
33	パネル展示	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (北部)	10	1	(月)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	・河内地区 市民セン ター ・上河内地 区市民セン ター	乳がん予防啓発 ・パネル展示・リーフレット等配布 ・健康情報の掲示 ・10/1(月)～10/31(水)まで実施	地区 市民セン ター来所者	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(北部)	028-671- 3205	可
39	岩舟健康福祉まつり	栃木市 健康増進 課	10	20	(日)	開始 9 : 45 終了 14 : 00	岩舟保健福 祉センター	・健康に関する相談・指導(内科医・歯科医に よる相談、歯科衛生士によるブラッシング指 導) ・肺の健康チェック(肺年齢測定と呼気中濃度 測定) ・骨密度測定 ・試食配布、健康グッズ配布	どなたでも	-	栃木市	健康増進課	0282-25- 3512	可
40	藤岡福祉まつり	栃木市 健康増進 課	10	20	(日)	開始 9 : 45 終了 14 : 00	栃木市藤岡 文化会館、 藤岡公民館	・健康グッズ配布	どなたでも	-	栃木市	健康増進課	0282-25- 3512	可
41	佐野市健康大学講座 (10/3、10/10、10/17、 10/24)	佐野市医 師会  佐野市	10		(木)	開始 19 : 00 終了 21 : 00	佐野市中央 公民館	・開講式(10/3) ・講演(10/3、10/10、10/17、10/24) ・閉講式(9/24)	佐野市民	-	佐野市	健康増進課	0283-24- 5770	可

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
43	地区糖尿病予防教室 (加蘇地区)	鹿沼市 健康課	10	2	(火)	開始 19 : 00 終了 20 : 30	加蘇コミュニティセンター	・糖尿病専門医による糖尿病予防の健康教育	市民	<a href="https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0166/info-0000002191-0.html">https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0166/info-0000002191-0.html</a>	鹿沼市	健康課 市民健康係	0289-63-8312	可
47	骨粗鬆症検診	鹿沼市 健康課	10	15	(火)	開始 8 : 00 終了 11 : 00	市民情報センター	・測定機に素足を入れて骨密度の測定	女性の市民 (40. 45. 50 . 52. 55. 60. 65. 70歳)	<a href="https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0162/info-0000002185-0.htm">https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0162/info-0000002185-0.htm</a>	鹿沼市	健康課 市民健康係	0289-63-8312	可
50	かんたんらくらく運動教室	鹿沼市 健康課	10	25	(金)	開始 14 : 00 終了 15 : 30	市民情報センター	生活習慣病の予防として運動の実際を学び日常生活に生かすための実践教室	市民	<a href="https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0166/info-0000002191-0.html">https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0166/info-0000002191-0.html</a>	鹿沼市	健康課 市民健康係	0289-63-8312	可
52	まちの保健室	鹿沼市 健康課	10	27	(日)	開始 8 : 00 終了 11 : 00	粕尾コミュニティセンター	・健康相談 ・健康について普及啓発	市民	<a href="https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0008/info-0000002190-0.html">https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0008/info-0000002190-0.html</a>	鹿沼市	健康課 市民健康係	0289-63-8312	可
54	第34回 健康都市おやまフェスティバル 市民公開講座	小山市 健康増進課	10	20	(日)	開始 13 : 00 終了 14 : 30	小山市健康医療介護総合支援センター	・講演「健康長寿の秘策を皆さんと考えよう ～病気を防ぐ未病対策～」 講師：櫻林 郁之介先生	県民	-	小山市	健康増進課	0285-22-9520	可
55	第34回 健康都市おやまフェスティバル	小山市 健康増進課	10	20	(日)	開始 9 : 00 終了 15 : 00	小山市健康医療介護総合支援センター	・各種表彰 ・各種イベント、測定、相談、展示など	県民	-	小山市	健康増進課	0285-22-9526	可

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
56	第34回 健康都市おやまフェスティバル	小山市 健康増進課	10	27	(日)	開始 9 : 00 終了 12 : 00	小山市健康医療介護総合支援センター	・無料フッ素塗布（事前予約要）	市民	-	小山市	健康増進課	0285-22-9527	可
57	ちゃれんじ60歩こうか真岡プラス1	真岡市 健康増進課				開始 : 終了 :	各自	・9月から12月までの期間中に、ウォーキングと生活習慣改善の取り組みを行う。 ・ちゃれんじコース（60日）、ハーフちゃれんじコース（30日）から選択して参加する。 ・取組状況を自記し、達成者には「達成証」「300円分のお買物券」「オリジナルグッズ（ちゃれんじコースのみ）」をプレゼントする。	18歳以上の市民	-	真岡市	健康増進課	0285-83-8122	可
58	プロから学ぶ！歩き塾	真岡市 健康増進課	10	2	(水)	開始 10 : 00 終了 11 : 00	真岡市総合運動公園	・屋外での効果的なウォーキング方法について、実践的に学ぶ	市民	-	真岡市	健康増進課	0285-83-8122	可
59	プロから学ぶ！歩き塾	真岡市 健康増進課	10	9	(水)	開始 10 : 00 終了 11 : 00	真岡井頭公園	・屋外での効果的なウォーキング方法について、実践的に学ぶ	市民	-	真岡市	健康増進課	0285-83-8122	可
60	まちなか保健室健康講座「簡単ストレッチ」	真岡市 健康増進課	10	9	(水)	開始 13 : 30 終了 14 : 30	まちなか保健室田町館	・室内でできる簡単なストレッチ方法について、実践的に学ぶ	市民	-	真岡市	健康増進課	0285-83-8122	可
61	まちなか保健室健康講座「簡単ストレッチ」	真岡市 健康増進課	10	23	(水)	開始 13 : 30 終了 14 : 30	まちなか保健室駅前館	・室内でできる簡単なストレッチ方法について、実践的に学ぶ	市民	-	真岡市	健康増進課	0285-83-8122	可
62	健康フェスティバル	真岡市 健康増進課	10	27	(日)	開始 9 : 30 終了 12 : 00	真岡市総合体育館	・「令（ゼロ）から始まる健康な体づくり」をテーマに、ラジオ体操、運動ポイントレッスン、歩行年齢チェック、出張まちなか保健室など、運動や健康づくりに関する様々なブースを設け、健康意識高揚を目指す。	市民	-	真岡市	健康増進課	0285-83-8122	可

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
63	ゆめフェスタ	茂木町保健福祉課 茂木町社会福祉協議会	10	27	(日)	開始 10 : 00 終了 14 : 00	茂木町保健福祉センター元気アップ館	・良い歯の表彰 ・骨密度測定 ・ストレスチェック ・健康相談他	一般	-	茂木町	保健福祉課健康係	0285-63-2555	可
70	メタボイステ推進連絡会 野外研修	大田原市 健康政策課	10	24	(木)	開始 8 : 40 終了 15 : 40	那須町	ウォーキング	会員	-	大田原市	健康政策課成人健康係	0287-23-7601	可
71	第3回健康セミナー	大田原市健康長寿都市推進委員会	10	25	(金)	開始 13 : 30 終了 15 : 00	那須野が原ハーモニーホール（大田原市）	演題：温泉・お風呂はなぜ体にいいのか？ ～美と健康を作る入浴法～ 講師：早坂信哉先生 （東京都市大学人間科学部教授、温泉療法専門医）	どなたでも 定員 1,100名	10/4現在更新中	大田原市	健康政策課健康政策係	0287-23-8704	可
72	矢板市民体育祭	矢板市	10	6	(日)	開始 8 : 25 終了 15 : 45	矢板運動公園	・すこやか体操の普及 ・各種競技	市民	-	矢板市	健康増進課健康増進担当	0287-43-1118	可
73	シルバースポーツ大会	矢板市	10	24	(木)	開始 9 : 00 終了 14 : 45	矢板運動公園	・すこやか体操の普及 ・各種競技	市民	-	矢板市	健康増進課健康増進担当	0287-43-1118	可
74	市民秋まつり 健康福祉まつり	まつり実行委員会	10	19	(土)	開始 10 : 00 終了 13 : 00	那須烏山市保健福祉センター 那須烏山市田野倉85-1	イベント ・健康福祉・啓発交流コーナー ・模擬店コーナー ・作品展示・販売コーナー等 ※ 苗木配布、骨密度検診もあります	どなたでも	市のホームページ <a href="http://www.city.nasu.karasuyama.lg.jp/">http://www.city.nasu.karasuyama.lg.jp/</a>	那須烏山市	健康福祉課	0287-88-7115	可
75	健康デー	益子町健康福祉課	10	15	(火)	開始 9 : 00 終了 11 : 30	益子町保健センター	・体組成計測定 ・栄養士による栄養相談（予約制） ・運動に関する集団講話・健康相談	町民	-	益子町	健康福祉課保健予防係	0285-70-1121	可

## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
76	健康相談	芳賀町 健康増進課	10	毎週	(火) (木)	開始 9 : 00 終了 16 : 00	芳賀町保健センター	健康に関する相談を保健師がお受けします。 (毎週火・木実施)	芳賀町民	<a href="http://www.town.tochigi-haga.lg.jp/">http://www.town.tochigi-haga.lg.jp/</a>	芳賀町	健康増進課	028-677-6042	可
77	栄養相談	芳賀町 健康増進課	10	17	(木)	開始 9 : 00 終了 16 : 00	芳賀町保健センター	慢性疾患等で食事療法が必要な方の相談、その他食事に関する相談を管理栄養士がお受けします。(予約制)	芳賀町民	<a href="http://www.town.tochigi-haga.lg.jp/">http://www.town.tochigi-haga.lg.jp/</a>	芳賀町	健康増進課	028-677-6042	可
78	やさしいヨガ教室	野木町 健康福祉課	10	29	(火)	開始 10 : 00 終了 11 : 30	町保健センター	講師によるヨガ教室。ヨガを通してこころとからだの健康づくりをする	町在住在勤 65歳以下の方	-	野木町	健康福祉課	0280-57-4171	可
79	からだスッキリ教室（運動編）	野木町 健康福祉課	10	7	(月)	開始 13 : 30 終了 16 : 00	町保健センター	運動指導の講師による講演及び実習	運動制限のない住民	-	野木町	健康福祉課	0280-57-4171	可
80	健康タウンのぎ測定会	野木町 健康福祉課	10	20	(日)	開始 9 : 30 終了 12 : 00	野木町公民館	健康に関する意識の高揚と啓発を図り、健康保持増進に対する生活習慣の確立を促すことをも氣的に実施。 ・測定会（骨密度、体組成、血管推定年齢、体力測定等） ・フッ素歯面塗布 ・その他（大腸がん撲滅キャンペーン、PRコーナー、食育展示、お薬相談等）	町民	-	野木町	健康福祉課	0280-57-4171	可



## 令和元（2019）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
81	たかねざわ スポーツフェスタ	高根沢町 生涯学習課	10	13	(日)	開始 8 : 30 終了 15 : 00	高根沢町町民広場	ウォーキング大会、運動能力測定（50m、握力、ボール投げ、上体起こし等）、スポーツ教室（ラジオ体操、太極拳）、ヘルスコンディショニング（骨密度測定、BCチェッカー計測、内臓脂肪測定、マッサージ等）	町内在住及び町内在勤者	<a href="http://www.town.takanezawa.tochigi.jp">http://www.town.takanezawa.tochigi.jp</a>	たかねざわスポーツフェスタ実行委員会事務局	高根沢町教育委員会事務局 生涯学習課スポーツ係	028-675-3175	可
82	第14回那珂川町福祉まつり	那珂川町福祉まつり実行委員会	10	19	(土)	開始 9 : 00 終了 13 : 30	小川総合福祉センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康づくり活動の紹介</li> <li>福祉・介護等の活動PR</li> <li>ふれあい広場</li> <li>グルメコーナー、展示販売等</li> </ul>	町民	-	那珂川町	健康福祉課	0287-92-1119	可