

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
1	うつのみや食育フェア	健康増進課 企画G	10	1	(日)	開始 10 : 00 終了 15 : 00	宇都宮 城址公園	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食育体験</li> <li>・食育に関する出展コーナー</li> <li>・健康づくり推進員による運動</li> </ul>	市民	<a href="http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/shokuiku/fair/1004764.html">http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/kurashi/kenko/shokuiku/fair/1004764.html</a>	うつのみや食育フェア実行委員会	健康増進事業 企画G	028-626-1128
2	宇都宮ウォーキングフェスタ 2017	宇都宮市 健康増進課	10	29	(日)	開始 7 : 30 終了 15 : 30	宇都宮 城址公園	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくり推進員による健康づくりコーナーの設置 (体脂肪測定、血流測定など)</li> </ul>	参加者	<a href="http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/kurashi/pshiraselist/event/1012745.html">http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/kurashi/pshiraselist/event/1012745.html</a>	宇都宮市	保健所 健康増進課 健康づくりグループ	028-626-1126
3	しっかり貯筋教室	健康増進課 保健センター	10	26	(木)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	宇都宮市保 健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ロコチェック</li> <li>・保健師講話</li> <li>・認知症予防を意識した脳トレ</li> <li>・転倒予防のためのロコトレ</li> <li>・4回コース</li> </ul>	市民 (65～69 歳)	<a href="http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健 センター	028-627-6666
4	エクササイズデビュー教室	健康増進課 保健センター	10	6	(金)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	宇都宮市保 健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹囲・体組成測定</li> <li>・保健師講話</li> <li>・栄養士講話・ワークショップ</li> <li>・腹囲を減少させる運動、脂肪を燃焼させるためのやや強度の高い運動など</li> <li>・6回コース</li> </ul>	市民 (30～64 歳)	<a href="http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健 センター	028-627-6666
5	エクササイズデビュー教室	健康増進課 保健センター	10	20	(金)	開始 10 : 00 終了 11 : 30	宇都宮市保 健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹囲・体組成測定</li> <li>・保健師講話</li> <li>・栄養士講話・ワークショップ</li> <li>・腹囲を減少させる運動、脂肪を燃焼させるためのやや強度の高い運動など</li> <li>・6回コース</li> </ul>	市民 (30～64 歳)	<a href="http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健 センター	028-627-6666
6	働く女性の美ボディ教室	健康増進課 保健センター	10	8	(土)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	宇都宮市保 健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹囲・体組成測定</li> <li>・保健師講話</li> <li>・栄養士講話・ワークショップ</li> <li>・腹囲を減少させる運動、脂肪を燃焼させるためのやや強度の高い運動など</li> <li>・6回コース</li> </ul>	市民 (30～59歳 女性)	<a href="http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.ut-sunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健 センター	028-627-6666

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
7	働く女性の美ボディ教室	健康増進課 保健センター	10	22	(土)	開始 10 : 00 終了 11 : 30	宇都宮市保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹囲・体組成測定</li> <li>・保健師講話</li> <li>・栄養士講話・ワークショップ</li> <li>・腹囲を減少させる運動、脂肪を燃焼させるためのやや強度の高い運動など</li> <li>・6回コース</li> </ul>	市民 (30～59歳女性)	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健センター	028-627-6666
8	働き盛り男性の肥満リセット教室	健康増進課 保健センター	10	14	(土)	開始 11 : 00 終了 14 : 00	宇都宮市保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹囲・体組成測定</li> <li>・保健師講話</li> <li>・栄養士講話・食べ方体験</li> <li>・腹囲を減少させる運動、脂肪を燃焼させるための強度の高い運動など</li> <li>・6回コース</li> </ul>	市民 (30～59歳男性)	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健センター	028-627-6666
9	働き盛り男性の肥満リセット教室	健康増進課 保健センター	10	28	(土)	開始 14 : 00 終了 15 : 30	宇都宮市保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹囲・体組成測定</li> <li>・保健師講話</li> <li>・栄養士講話・食べ方体験</li> <li>・腹囲を減少させる運動、脂肪を燃焼させるための強度の高い運動など</li> <li>・6回コース</li> </ul>	市民 (30～59歳男性)	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健センター	028-627-6666
10	健康づくり栄養教室 (旬の食材アレンジ教室)	健康増進課 保健センター	10	13	(金)	開始 10 : 00 終了 12 : 30	宇都宮市保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩や時短調理法の講話</li> <li>・生活習慣病予防の講話</li> <li>・旬の野菜を使った塩分や脂質を抑えるための調理方法の演習</li> </ul>	市民 (74歳以下)	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健センター	028-627-6666
11	健康情報コーナー	健康増進課 保健センター	10	1	(日)	開始 9 : 00	宇都宮市保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・厚生労働省等が定めた強化月間やキャンペーンにあわせた健康情報を掲示する</li> <li>・季節にあわせた最新の健康情報やリーフレット配布する</li> </ul>	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健センター	028-627-6666
		10	31	(火)	終了 17 : 00								
12	食育情報コーナー	健康増進課 保健センター	10	1	(日)	開始 9 : 00	宇都宮市保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎月テーマを決め食育情報コーナーに食育に関するパネル、ポスターを掲示する</li> <li>・季節にあわせた最新の情報やリーフレットを配布する</li> </ul>	市民	<a href="http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/">http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/</a>	宇都宮市	宇都宮市保健センター	028-627-6666
		10	31	(火)	終了 17 : 00								

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
13	糖尿病予防大作戦！inかわち (4回1コースの1回目)	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	19	(木)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	河内地区市 民センター	・保健師による健康講話（糖尿病について） ・運動指導員による運動指導（ながら運動） ・血管年齢測定	河内地区住 民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当（北部）	028-671- 3205
14	高血圧予防教室in上河内 (2回1コースの1回目)	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	31	(火)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	上河内地区 市民セン ター	・保健師による健康講話（高血圧について） ・運動指導員による運動指導（毎日できる運動） ・血圧測定，血流測定	上河内地区 住民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当（北部）	028-671- 3205
15	らくらく運動講座 (12回1コースの7回目)	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	20	(金)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	上河内地区 市民セン ター	・運動指導員による運動指導（介護予防のための運動） ・保健師による健康講話	65歳以上の 市民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当（北部）	028-671- 3205
16	パネル展示	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	2	(月)	開始 8 : 30	河内地区市 民センター	・糖尿病に関する情報揭示，リーフレットの配布	河内地区市 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
			10	31	(火)	終了 17 : 15							
17	パネル展示	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	2	(月)	開始 8 : 30	上河内地区 市民セン ター	・高血圧に関する情報揭示，リーフレットの配布	上河内地区 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
			10	31	(火)	終了 17 : 15							
18	上河内福祉まつり	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	21	(土)	開始 10 : 00 終了 14 : 00	上河内老人 福祉セン ター	・健康づくり推進員による出展 (活動の紹介，パネル展示など)	市民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当（北部）	028-671- 3205

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
19	上河内老人クラブ連絡協議会 主催 スポーツ大会	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	28	(土)	開始 9 : 00 終了 12 : 00	上河内中央 小学校	・健康づくり推進員による出展 (活動の紹介、パネル展示など) ・保健師による健康相談	上河内地区 住民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(北部)	028-671- 3205
20	糖尿病予防大作戦！inかわち (4回1コースの1回目)	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	19	(木)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	河内地区市 民センター	・保健師による健康講話(糖尿病について) ・運動指導員による運動指導(ながら運動) ・血管年齢測定	河内地区住 民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(北部)	028-671- 3205
21	高血圧予防教室in上河内 (2回1コースの1回目)	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	31	(火)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	上河内地区 市民セン ター	・保健師による健康講話(高血圧について) ・運動指導員による運動指導(毎日できる運動) ・血圧測定、血流測定	上河内地区 住民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(北部)	028-671- 3205
22	らくらく運動講座 (12回1コースの7回目)	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	20	(金)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	上河内地区 市民セン ター	・運動指導員による運動指導(介護予防のための運動) ・保健師による健康講話	65歳以上の 市民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(北部)	028-671- 3205
23	パネル展示	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	2	(月)	開始 8 : 30	河内地区市 民センター	・糖尿病に関する情報揭示、リーフレットの配布	河内地区市 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
			10	31	(火)	終了 17 : 15							
24	パネル展示	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	2	(月)	開始 8 : 30	上河内地区 市民セン ター	・高血圧に関する情報揭示、リーフレットの配布	上河内地区 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
			10	31	(火)	終了 17 : 15							

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
25	上河内福祉まつり	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	21	(土)	開始 10 : 00 終了 14 : 00	上河内老人 福祉セン ター	・健康づくり推進員による出展 (活動の紹介, パネル展示など)	市民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(北部)	028-671- 3205
26	上河内老人クラブ連絡協議会 主催 スポーツ大会	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 (北部)	10	28	(土)	開始 9 : 00 終了 12 : 00	上河内中央 小学校	・保健師による健康相談 ・健康づくり推進員の活動紹介, パネル展示	上河内地区 住民	-	宇都宮市	保健福祉総務 課 保健福祉相談 担当(北部)	028-671- 3205
27	地区市民センターロビー展示	保健福祉 総務課 保健福祉 相談担当 【西部】	10			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	市民 西部地区の 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 【西部】	028-665- 3698
28	佐野市健康大学講座	佐野市 医師会  佐野市	10	5	(木)	開始 19 : 00 終了 21 : 00	佐野市 中央公民館	・薬剤師の仕事 ・難聴のあれこれ	一般	<a href="mailto:shokensenta@city.sano.lg.jp">shokensenta@city.sano.lg.jp</a>	佐野市	健康増進課	0283-24- 5770
29	佐野市健康大学講座	佐野市 医師会  佐野市	10	12	(木)	開始 19 : 00 終了 21 : 00	佐野市 中央公民館	・歯周病について知ろう ・心臓について、知っていたほうがいいいくつかのこと	一般	<a href="mailto:shokensenta@city.sano.lg.jp">shokensenta@city.sano.lg.jp</a>	佐野市	健康増進課	0283-24- 5770
30	佐野市健康大学講座	佐野市 医師会  佐野市	10	19	(木)	開始 19 : 00 終了 21 : 00	佐野市 中央公民館	・やっかいな頭痛、耳鳴り、めまいの最新治療	一般	<a href="mailto:shokensenta@city.sano.lg.jp">shokensenta@city.sano.lg.jp</a>	佐野市	健康増進課	0283-24- 5770

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
31	佐野市健康大学講座	佐野市 医師会 佐野市	10	26	(木)	開始 19 : 00 終了 21 : 00	佐野市 中央公民館	・こんにちは訪問介護です ・特定健診、がん検診について ・乳がんの治療の今と昔	一般	<a href="mailto:shokensenta@city.sano.lg.jp">shokensenta@city.sano.lg.jp</a>	佐野市	健康増進課	0283-24-5770
32	佐野市民のための講演会	佐野市 医師会 佐野市	10	1	(日)	開始 14 : 00 終了 :	佐野市 中央公民館	・くわしくしてほしい、女性のがんのこと	一般	<a href="mailto:shokensenta@city.sano.lg.jp">shokensenta@city.sano.lg.jp</a>	佐野市	健康増進課	0283-24-5770
33	佐野市民のための講演会	佐野市 医師会 佐野市	10	22	(日)	開始 14 : 00 終了 :	佐野市 中央公民館	・糖尿病重症化予防講演	一般	<a href="mailto:shokensenta@city.sano.lg.jp">shokensenta@city.sano.lg.jp</a>	佐野市	健康増進課	0283-24-5770
34	おやまのまちde開運ウォーキング 【絹の歴史と自然散策コース】	小山市 絹公民館	10	7	(土)	開始 9 : 30 終了 :	小山市 (絹地区)	・絹の歴史と自然散策コース 絹ふれあいの郷・寺野東遺跡・高椅神社及び絹の田園風景／約7.0km	県民	<a href="http://www.city.ov.ama.tochigi.jp">http://www.city.ov.ama.tochigi.jp</a>	小山市	絹公民館	0285-49-0027
35	おやまのまちde開運ウォーキング 【風薫る巴波川コース】	小山市 寒川公民館	10	14	(土)	開始 9 : 30 終了 :	小山市 (寒川地区)	・風薫る巴波川コース 雷電橋・落合橋・昇明橋・緑川橋・巴波川決壊口祈念公園・胸形神社／約6.5km	県民	<a href="http://www.city.ov.ama.tochigi.jp">http://www.city.ov.ama.tochigi.jp</a>	小山市	寒川公民館	0285-38-1002
36	おやまのまちde開運ウォーキング 【小山評定跡から思川 歴史と自然コース】	小山市 中央公民館	10	21	(土)	開始 9 : 30 終了 :	小山市 (小山地区)	・小山評定跡から思川 歴史と自然コース 小山定評跡・白山公園・思川左岸遊歩道・西林寺・鷲城跡・総合公園・二中グラウンド・須賀神社／約7.0km	県民	<a href="http://www.city.ov.ama.tochigi.jp">http://www.city.ov.ama.tochigi.jp</a>	小山市	中央公民館	0285-22-9562

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
37	おやまのまちde開運ウォーキング 【歴史をたどるウォーキングコース】	小山市 桑公民館	10	28	(土)	開始 9 : 30 終了 :	小山市 (桑地区)	・歴史をたどるウォーキングコース 琵琶塚古墳・麻利支天塚古墳・飯塚一里塚・下野国分寺跡／約6.5km	県民	<a href="http://www.city.oyama.tochigi.jp">http://www.city.oyama.tochigi.jp</a>	小山市	桑公民館	0285-22-9520
38	CKD（慢性腎臓病）予防セミナー	小山市	10	20	(金)	開始 13 : 30 終了 15 : 30	健康医療介護総合支援センター	・講話（医師、栄養士） ・尿中塩分測定 ・運動実技 等	県民	<a href="http://www.city.oyama.tochigi.jp">http://www.city.oyama.tochigi.jp</a>	小山市	健康増進課	0285-22-9520
39	プロから学ぶ 楽しい歩き塾	真岡市 健康増進課	10	4	(水)	開始 9 : 00 終了 10 : 10	真岡井頭公園	・効果的な運動方法を学ぶ、屋外実践運動教室	市民	<a href="http://www.city.moka.lg.jp/">http://www.city.moka.lg.jp/</a>	真岡市	健康増進課	0285-83-8122
40	ちゃれんじ60歩こうか 真岡	真岡市 健康増進課	10	1	(金)	開始 : 終了 :	各自	・運動習慣の定着と活動量の増加を目指し、今より10分（1000歩）多く歩こうという事業を、9月より12月まで実施している ・100日間で60日以上実施し、その記録票の提出により、達成賞としてオリジナルグッズを進呈する	市民	<a href="http://www.city.moka.lg.jp/">http://www.city.moka.lg.jp/</a>	真岡市	健康増進課	0285-83-8122
41	健康フェスティバル	真岡市 健康増進課	10	22	(日)	開始 9 : 30 終了 12 : 00	真岡市総合福祉保健センター	・今年のテーマは「未来につなごう 健康の輪」とし、「赤ちゃんハイハイレース」「フッ素塗布」「姿勢ゆがみチェック」「みんなでラジオ体操」「出張！まちなか保健室」など、健康意識の高揚を図るイベント開催	市民	<a href="http://www.city.moka.lg.jp/">http://www.city.moka.lg.jp/</a>	真岡市	健康増進課	0285-83-8122
42	第4回健康セミナー	大田原市 健康長寿都市推進委員会	10	20	(木)	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）	・ダイヤモンド☆ユカイ先生による講演会「無精子症や不妊治療について」	どなたでも定員1,100名	<a href="http://www.city.ohawara.tochigi.jp/docs/2017061500057/">http://www.city.ohawara.tochigi.jp/docs/2017061500057/</a>	大田原市	健康増進課 健康政策係	0287-23-6501

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
43	ためして運動塾	大田原市 健康政策課	10	3	(火)	開始 9 : 00 終了 11 : 30	黒羽保健センター	・筋トレ、ストレッチ、ラジオ体操	市民約30名	-	大田原市	健康増進課 成人健康係	0287-23-7601
44	健診結果説明会	大田原市 健康政策課	10	5 6 10 18 20 30	(木) (金) (火) (水) (金) (月)	開始 9 : 00 終了 15 : 00	市内各地区 公民館等	・個人の結果に応じた保健指導、 歯科相談（口腔ケア） 肺年齢測定（肺チェッカー）	健康診査 受診者	-	大田原市	健康政策課 成人健康係	0287-23-7601
45	健診結果説明会	大田原市 健康政策課	10	12 16 27 31	(木) (月) (金) (火)	開始 9 : 00 終了 11 : 30	市内各地区 公民館等	・個人の結果に応じた保健指導、 歯科相談（口腔ケア） 肺年齢測定（肺チェッカー）	健康診査 受診者	-	大田原市	健康政策課 成人健康係	0287-23-7601
46	まちなか保健室	大田原市 健康政策課	10	25	(水)	開始 9 : 00 終了 11 : 30	トコトコ大 田原3階小 会議室	・個人に応じた健康相談、 血圧測定	市民	-	大田原市	健康政策課 成人健康係	0287-23-7601
47	市民体育祭	矢板市	10	8	(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
48	シルバースポーツ大会	矢板市	10	19	(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



平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
49	さくら市健康まつり	さくら市 健康増進課	10	29	(日)	開始 8 : 30 終了 15 : 00	栃木県庁 (宇都宮市)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・20歳代のワンコイン健診（基本健診・骨密度健診）</li> <li>・「8020」運動表彰</li> <li>・歯科相談（咬合力・咀嚼力チェック等）</li> <li>・医師の相談（医師団による健康アドバイス等）</li> <li>・健康チェック</li> <li>・食トレクイズコーナー</li> <li>・遊びで脳を鍛えよう</li> <li>・国民健康保険コーナー</li> </ul>	市民	-	さくら市	健康増進課	028-682-2589
50	量ってらくらくダイエット	さくら市 健康増進課	10	30	(月)	開始 10 : 00 終了 15 : 00	氏家保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣予防、重症化予防のために、目に見える体重コントロールに着目した教室（全7回コース）</li> <li>・体重測定</li> <li>・食事記録見直し</li> <li>・運動実施</li> </ul>	市民	-	さくら市	健康増進課	028-682-2589
51	日本一周ウォーキング	さくら市 健康増進課	10	3	(火)	開始 10 : 00 終了 10 : 45	さくら市総合公園	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病予防を目的とした初心者向けのウォーキング教室</li> <li>・準備、整理運動（ストレッチ）</li> <li>・ウォーキング</li> </ul>	市民	-	さくら市	健康増進課	028-682-2589
52	貯金フィットネス	さくら市 健康増進課	10	6	(金)	開始 19 : 15 終了 20 : 15	喜連川保健センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣の予防を目的に運動指導士によるエアロビクスを実施</li> </ul>	市民	-	さくら市	健康増進課	028-682-2589
53	健診結果説明会	下野市 健康増進課	10	25	(水)	開始 9 : 00 終了 10 : 30	保健福祉センター ゆうゆう館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診結果の説明</li> <li>・健診結果に応じた保健指導・栄養指導</li> </ul>	健診を受診した市民	-	下野市	健康増進課 成人保健グループ	0285-32-8905
54	健診結果説明会	下野市 健康増進課	10	26	(木)	開始 9 : 00 終了 10 : 30	南河内公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診結果の説明</li> <li>・健診結果に応じた保健指導・栄養指導</li> </ul>	健診を受診した市民	-	下野市	健康増進課 成人保健グループ	0285-32-8905

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
55	健診結果説明会	下野市 健康増進課	10	30	(月)	開始 9 : 00 終了 10 : 30	生涯学習センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診結果の説明</li> <li>・健診結果に応じた保健指導・栄養指導</li> </ul>	健診を受診した市民	-	下野市	健康増進課 成人保健グループ	0285-32-8905
56	健康づくり基礎教室	下野市 健康増進課	10	27	(金)	開始 : 終了 :	保健福祉センター ゆうゆう館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病についての講義</li> <li>・家でも実施可能な運動の実践</li> <li>・バランスのよい食事の調理実習</li> </ul>	40歳以上の健診を受診した市民	-	下野市	健康増進課 成人保健グループ	0285-32-8905
57	ゆめフェスタ	茂木町 保健福祉課	10	7	(土)	開始 9 : 30 終了 15 : 00	ふみの森もてぎ (茂木町)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・福祉と健康フェスタ</li> <li>・食生活改善推進員によるブース出展</li> <li>・健康チェック</li> <li>・よい歯の表彰</li> <li>・健康チャレンジ抽選会</li> <li>・リーフレット等の配布</li> </ul>	町民	-	茂木町	保健福祉課 福祉係	0285-63-5631
58	元気づくり	市貝町 健康福祉課				開始 10 : 00 終了 15 : 30	各集会所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・元気づくりのための体操</li> <li>・集会所ごとに週に2回90分間実施</li> </ul>	町民	-	市貝町役場	健康福祉課 健康づくり係	0285-68-1133
59	健康体操	市貝町 健康福祉課				開始 10 : 00 終了 11 : 30	市貝町保健福祉センター ふれあい館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生命の貯蓄体操を活用し実施</li> <li>・毎週木曜日</li> <li>・月2回実施（月1回は市貝温泉で実施）</li> </ul>	町民	-	市貝町役場	健康福祉課 健康づくり係	0285-68-1133
60	総合シニアアクティブ健康教室	市貝町 健康福祉課	10	27	(金)	開始 14 : 00 終了 15 : 00	続谷公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ラジオ体操</li> <li>・健康づくりに関する講話</li> <li>・脳トレになるレクリエーション</li> </ul>	町民	-	市貝町役場	健康福祉課 健康づくり係	0285-68-1133

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
61	市貝町シニアフェスティバル	社会福祉協議会	10	5	(木)	開始 8 : 30 終了 12 : 00	市貝町体育館	・レクリエーション	町民	-	社会福祉協議会	社会福祉協議会	0285-68-3151
62	健康相談	芳賀町 健康増進課	10			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受ける (毎週火曜・木曜)	町民	<a href="http://www.town.haga.tochigi.jp/">http://www.town.haga.tochigi.jp/</a>	芳賀町	健康増進課	028-677-6042
63	栄養相談	芳賀町 健康増進課	10	12	(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受ける (予約制)	町民	<a href="http://www.town.haga.tochigi.jp/">http://www.town.haga.tochigi.jp/</a>	芳賀町	健康増進課	028-677-6042
64	ウェルネス運動教室	芳賀町 健康増進課	10			開始 : 終了 :	モテナスはが	・筑波大学の研究成果に基づいたシステムにより、参加者の体力・体型・普段の生活様式からオーダーメイドの個別プログラムを作成 (教室での運動内容) ・エアロバイク ・筋力トレーニング 11コースがあり、午前・午後・夜の時間帯で実施 ※10/31まで9期生 金曜午後コース参加者募集中	町民	<a href="http://www.town.haga.tochigi.jp/">http://www.town.haga.tochigi.jp/</a>	芳賀町	健康増進課	028-677-6042
65	壬生町健康ふくしまつり	壬生町	10	15	(日)	開始 9 : 30 終了 14 : 30	壬生町保健福祉センター	・健康づくり関係団体によるブース出展 ・睡眠に関する講演 ・骨密度測定チェック ・リーフレット等配布 ・乳幼児身体測定 ・歯科相談	町民	<a href="http://www.town.mibu.tochigi.jp/docs/2017083000016/">http://www.town.mibu.tochigi.jp/docs/2017083000016/</a>	壬生町	健康福祉課 健康増進係	0282-81-1885
66	健康づくりのためのボディ・デザイン教室	壬生町 健康福祉課	10	18	(水)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	壬生町保健福祉センター	・ビタミンを多く含んだ食材を使用したハロウィン料理の調理実習	町民	<a href="http://www.town.mibu.tochigi.jp/docs/2017071800031/">http://www.town.mibu.tochigi.jp/docs/2017071800031/</a>	壬生町	健康福祉課 健康増進係	0282-81-1885

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
67	健康づくりのための ボディ・デザイン教室	壬生町 健康福祉課	10	24	(火)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	とちぎわん ぱく公園	・歩き方を意識させるウォーキング教室	町民	<a href="http://www.town.mibu.tochigi.jp/docs/2017071800031/">http://www.town.mibu.tochigi.jp/docs/2017071800031/</a>	壬生町	健康福祉課 健康増進係	0282-81-1885
68	メタボ予防教室	壬生町 健康福祉課	10	24	(火)	開始 9 : 30 終了 12 : 00	壬生町 保健福祉センター	・有酸素運動教室	町民	-	壬生町	健康福祉課 健康増進係	0282-81-1885
69	町民体育祭	高根沢町 生涯学習課	10	8	(日)	開始 8 : 00 終了 12 : 00	町民広場	・公民館対抗スポーツ大会 ・健康づくり関係ブース出展 骨密度測定 健康チェック（ロコモチェック、塩分チェック） リーフレット配布	町民	-	高根沢町	保健センター	028-675-4559
70	那珂川フィットネス倶楽部	那珂川町 健康福祉課	10	10	(火)	開始 19 : 00 終了 20 : 30	那珂川町管 理センター	・脂肪を燃やそう有酸素運動編、 リズムに合わせてエアロビクス	町民	-	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119
71	那珂川フィットネス倶楽部	那珂川町 健康福祉課	10	24	(火)	開始 19 : 00 終了 20 : 30	小川公民館	・脂肪を燃やそう有酸素運動編、 リズムに合わせてエアロビクス	町民	-	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119
72	集団健診	那珂川町 健康福祉課	10	4 11 17 23 30	(水) (水) (火) (月) (月)	開始 8 : 30 終了 12 : 30	那珂川町健 康管理セン ター すこやか共 生館	・集団検診 (基本健診、各種がん検診、骨粗鬆症、肝炎検診)	町民	-	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119

## 平成29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		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
73	特定保健指導	那珂川町 健康福祉課	10	2 10 12 24 30	(月) (火) (木) (火) (月)	開始 8 : 30 終了 12 : 30	那珂川町健康管理センター すこやか共生館	・特定保健指導 (保健師・管理栄養士による個別相談及び健康運動士による集団指導)	町民	-	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119
74	那珂川町福祉まつり	那珂川町社会福祉協議会 共催 那珂川町	10	14	(土)	開始 8 : 30 終了 13 : 30	那珂川町総合福祉センター	健康福祉課健康増進係 ・集団健診、がん検診受診アップブース出展 ・健康川柳の募集と展示 子育て支援係 ・口の健康づくりブース出展 ・咀嚼テスト実施	町民	-	那珂川町	健康福祉課 健康増進係 子育て支援係	0287-92-1119