

平成29年度 健康増進普及月間における取組の概要

◆市町の取組

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
1	健康増進普及月間イベント	宇都宮市保健所健康増進課 (健康づくり推進組織)	宇都宮市保健センター	9月16日 9月17日	8:45～12:30	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	保健所健康増進課 Tel 028-626-1126	《対象》 ・住民全般 《内容》 ・健康づくり推進員による体脂肪率測定、野菜計量体験(フードモデルを用いて)、ロコモチェック ・乳がん自己触診モデルを使用した自己触診体験	保健所健康増進課 Tel 028-626-1126
2	広報うつのみや9月号での特集記事の掲載	宇都宮市保健所健康増進課	市内	9月1日		http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	保健所健康増進課 Tel 028-626-1126	《対象》 ・住民全般 《内容》 ・生活習慣病の予防について ・パネル展や講演会等の案内	保健所健康増進課 Tel 028-626-1126
3	健康づくり講座「体と心を豊かにするための七つの習慣」(仮)	宇都宮市保健センター (栃木県看護協会宇都宮地区支部協賛)	宇都宮市保健センター	9月16日	午前10時30分～12時00分	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人及び栃木県看護協会宇都宮地区支部会員 先着80名(要申込) 内容：医師による、健康になるための七つの習慣や糖質制限についての講話	宇都宮市保健センター 028-627-6666
4	生活習慣病予防講座「内服薬だけに頼らない 脂質異常症の予防・改善方法」	宇都宮市保健センター	宇都宮市保健センター	9月16日	午後1時30分～3時00分	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 先着80名(要申込) 内容：医師による、脂質異常症と全身疾患の関係や脂質異常症予防のための生活習慣に関する講話	宇都宮市保健センター 028-627-6666

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
5	たるたるパンパン太もも撃退 美脚運動教室	宇都宮市保健センター	宇都宮市保健センター	9月17日	午前10時30分～正午	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の30～64歳までの人（保健センター美脚運動教室に初めて参加する人を優先） 先着20名（要申込） 内容：運動指導員による、下肢を引き締める運動の実技とミニ講話	宇都宮市保健センター 028-627-6666
6	たった3分で究極のエクササイズ ラジオ体操教室	宇都宮市保健センター	宇都宮市保健センター	9月17日	午後2時～3時30分	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の65歳以上の人で、毎日のラジオ体操で足腰を鍛えたい人（保健センターラジオ体操教室に初めて参加する人を優先） 先着20名（要申込） 内容：運動指導員による、効果的なラジオ体操第一の実技とミニ講話	宇都宮市保健センター 028-627-6666
7	足型測定	宇都宮市保健センター (ゼビオスポーツエクスプレス(ララスクエア宇都宮店)協賛)	宇都宮市保健センター	9月16日 9月17日	午前10時～正午、午後2時～4時(受付は11時30分までと3時30分まで)	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：ゼビオスポーツエクスプレス(ララスクエア宇都宮店)スタッフによる、足裏の形の測定とワンポイントアドバイス	宇都宮市保健センター 028-627-6666
8	ロコモチェック	宇都宮市保健センター(健康づくり推進員)	宇都宮市保健センター	9月16日 9月17日	午前10時～正午、午後2時～4時(受付は11時30分までと3時30分まで)	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：健康づくり推進員によるロコモティブシンドロームのチェックや活動PR	宇都宮市保健センター 028-627-6666
9	脳年齢チェック	宇都宮市保健センター	宇都宮市保健センター	9月16日 9月17日	午前10時～正午、午後2時～4時(受付は11時30分までと3時30分まで)	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：情報処理能力などのチェック	宇都宮市保健センター 028-627-6666

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
10	痩せやすさ測定	宇都宮市保健センター (セントラルフィットネスクラブ(ララスクエア宇都宮店)協賛)	宇都宮市保健センター	9月16日 9月17日	午後2時～4時(受付は3時30分まで)	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：セントラルフィットネスクラブ(ララスクエア宇都宮店)インストラクターによる、筋肉量、脂肪量、基礎代謝量の測定とワンポイントアドバイス	宇都宮市保健センター 028-627-6666
11	歯がしみる、歯茎が下がるトラブル解決します 歯・お口・ブラッシングの相談会	宇都宮市保健センター	宇都宮市保健センター	9月16日	午後2時00分～4時00分(受付は3時30分まで)	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：歯科医師、歯科衛生士による個別相談会	宇都宮市保健センター 028-627-6666
12	まちの保健室	宇都宮市保健センター (栃木県看護協会宇都宮地区支部協賛)	宇都宮市保健センター	9月16日	午後2時00分～4時00分(受付は3時30分まで)	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：栃木県看護協会宇都宮地区支部による血圧測定、健康相談等	宇都宮市保健センター 028-627-6666
13	気楽ゼーション	宇都宮市保健センター (栃木県鍼灸師会宇都宮支部協賛)	宇都宮市保健センター	9月17日	午前10時～正午(受付は11時30分まで)	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：セルフケアできるからだのツボ刺激に関するワンポイントアドバイス、針灸グッズの展示	宇都宮市保健センター 028-627-6666
14	展示コーナー	宇都宮市保健センター	宇都宮市保健センター	9月16日 9月17日	午前9時～午後4時30分	http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/	宇都宮市保健センター 028-627-6666	対象：市内在住の人 内容：健康に関するパネル展示とリーフレットの配布	宇都宮市保健センター 028-627-6666
15	健康情報コーナー掲示	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(中央部)	宇都宮市役所	9月1日～9月30日	8時30分～17時15分		保健福祉総務課保健福祉相談担当(中央部)	市民全般	保健福祉総務課保健福祉相談担当(中央部) 電話632-2941
16	健康情報コーナー掲示	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(中央部)	中央生涯学習センター	9月1日～9月30日	8時30分～17時15分		保健福祉総務課保健福祉相談担当(中央部)	市民全般	保健福祉総務課保健福祉相談担当(中央部) 電話632-2941

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
17	健康情報コーナー掲 示	宇都宮市保健福祉総 務課保健福祉相談担 当(中央部)	豊郷地区市民センター	9月1日～9月 30日	8時30分～17 時15分		保健福祉総務課保健福 祉相談担当(中央部)	市民全般	保健福祉総務課保健福 祉相談担当(中央部) 電話632-2941
18	健康情報コーナー掲 示	宇都宮市保健福祉総 務課保健福祉相談担 当(中央部)	北生涯学習センター	9月1日～9月 30日	8時30分～17 時15分		保健福祉総務課保健福 祉相談担当(中央部)	市民全般	保健福祉総務課保健福 祉相談担当(中央部) 電話632-2941
19	健康情報提供事業	宇都宮市保健福祉総 務課保健福祉相談担 当(東部)	平石地区市民センター	9月1日～9月 30日	8時30分～17 時15分			生活習慣病の発症予防 と重症化予防を推進 し、健康寿命の延伸を 図るために、一般住民 を対象に平石地区市民 センター常設の健康 コーナーにポスターを 掲示し、運動のすす め、がん予防の食事、 乳がん自己触診のリー フレット等を配布す る。	〒321-0903 栃木県宇都宮市下平出 町158-1 平石地区市民センター 電話番号 028-661-2369(担当 及 川)
20	健康情報提供事業	宇都宮市保健福祉総 務課保健福祉相談担 当(東部)	清原地区市民センター	9月1日～9月 30日	8時30分～17 時15分			生活習慣病の発症予防 と重症化予防を推進 し、健康寿命の延伸を 図るために、一般住民 を対象に清原地区市民 センター常設の健康 コーナーに資料を掲示 し運動のすすめ、がん 予防の食事、乳がん自 己触診のリーフレット 等を配布する。	〒321-3231 栃木県宇都宮市清原工 業団地15-4 清原地区市民センター 電話番号 028-661-2370(担当 及 川)
21	健康情報提供事業	宇都宮市保健福祉総 務課保健福祉相談担 当(東部)	瑞穂野地区市民センター	9月1日～9月 30日	8時30分～17 時15分			生活習慣病の発症予防 と重症化予防を推進 し、健康寿命の延伸を 図るために、一般住民 を対象に瑞穂野地区市 民センター常設の健康 コーナーに資料を掲示 し運動のすすめ、がん 予防の食事、乳がん自 己触診のリーフレット 等を配布する。	〒321-0914 栃木県宇都宮市下桑島 町1030-1 瑞穂野地区市民セン ター 電話番号 028-661-2371(担当 及 川)

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
22	青春プレイバック講座	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	宇都宮市富屋地区市民センター	9月27日	13:30~16:00		宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 医師、栄養士、運動指導員、保健師による講話。運動指導員による実技。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
23	成人健康教室のフォローアップ(運動タイム)	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	宇都宮市富屋地区市民センター	9月11日	9:30~11:00		宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 保健師による実技。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
24	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	富屋地区市民センター	9月1日~9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 食生活改善および運動の普及啓発のためのポスター掲示。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
25	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	城山地区市民センター	9月1日~9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 食生活改善および運動の普及啓発のためのポスター掲示。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
26	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	国本地区市民センター	9月1日~9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 食生活改善および運動の普及啓発のためのポスター掲示。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
27	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	篠井地区市民センター	9月1日~9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 食生活改善および運動の普及啓発のためのポスター掲示。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
28	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	富屋地区市民センター	9月1日~9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 各地域で健康づくり活動を行っている食生活改善推進員・健康づくり推進員の活動を紹介。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
29	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	城山地区市民センター	9月1日～9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 各地域で健康づくり活動を行っている食生活改善推進員・健康づくり推進員の活動を紹介。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
30	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	国本地区市民センター	9月1日～9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 各地域で健康づくり活動を行っている食生活改善推進員・健康づくり推進員の活動を紹介。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
31	ロビーにおける普及啓発	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部)	篠井地区市民センター	9月1日～9月30日			宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698	一般市民 各地域で健康づくり活動を行っている食生活改善推進員・健康づくり推進員の活動を紹介。	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(西部) Tel028-665-3698
32	健康情報提供事業	保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部)	姿川地区市民センター	H29.9.1～9.30	終日		宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) 028-645-4535	一般市民 健康情報コーナーにおいて、健康増進に関する正しい知識の普及(ポスター展示及びチラシ配布)	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) Tel028-645-4535
33	健康情報提供事業	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部)	横川地区市民センター	H29.9.1～9.30	終日		宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) 028-645-4535	一般市民 健康情報コーナーにおいて、健康増進に関する正しい知識の普及(ポスター展示及びチラシ配布)	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) Tel028-645-4535
34	健康情報提供事業	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部)	雀宮地区市民センター	H29.9.1～9.30	終日		宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) 028-645-4535	一般市民 健康情報コーナーにおいて、健康増進に関する正しい知識の普及(ポスター展示及びチラシ配布)	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) Tel028-645-4535
35	健康情報提供事業	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部)	陽南出張所	H29.9.1～9.30	終日		宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) 028-645-4535	一般市民 健康情報コーナーにおいて、健康増進に関する正しい知識の普及(ポスター展示及びチラシ配布)	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) Tel028-645-4535

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
36	健康情報提供事業	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部)	南生涯学習センター	H29.9.1～9.30	終日		宇都宮市保健福祉総務課 保健福祉相談担当(南部) 028-645-4535	一般市民 健康情報コーナーにおいて、健康増進に関する正しい知識の普及 (ポスター展示及びチラシ配布)	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(南部) Tel:028-645-4535
37	健康情報啓発事業	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(北部)	河内地区市民センター	9月1日～30日	8:30～17:15		保健福祉総務課 保健福祉相談担当(北部) 028-671-3205	対象：一般市民 内容：ポスター掲示及び関連リーフレット配布による普及啓発	保健福祉総務課 保健福祉相談担当(北部) 028-671-3205
38	健康情報啓発事業	宇都宮市保健福祉総務課保健福祉相談担当(北部)	上河内地区市民センター	9月1日～30日	8:30～17:15		保健福祉総務課 保健福祉相談担当(北部) 028-671-3205	対象：一般市民 内容：ポスター掲示及び関連リーフレット配布による普及啓発	保健福祉総務課 保健福祉相談担当(北部) 028-671-3205
39	お口と食事の相談会	足利市	保健センター	9月6日 9月29日	予約制 ①9:30～ ②10:30～ 予約制 ①13:30～ ②14:30～	http://www.city.a-shikaga.tochigi.jp	足利市健康増進課(健康指導担当) Tel:0284-40-3115	対象) 住民全般 内容) 歯科衛生士による歯、口腔に関する個別相談。管理栄養士による個別栄養相談	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
40	病態栄養相談	足利市	保健センター	9月4日 9月14日 9月26日 9月20日	予約制 ①9:30～ ②10:30～ 予約制 ①13:30～ ②14:30～	http://www.city.a-shikaga.tochigi.jp	足利市健康増進課(保健検診担当) Tel:0284-40-3115	対象) 住民全般 内容) 医師から指導依頼のあった者に対する、管理栄養士による個別栄養相談	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
41	健康づくりの相談会	足利市	保健センター	9月25日	予約制 ①9:30～ ②10:30～	http://www.city.a-shikaga.tochigi.jp	足利市健康増進課(健康指導担当) Tel:0284-40-3115	対象) 住民全般 内容) 保健師等による個別健康相談と相談内容に応じた健康チェック(血圧測定・体重測定・尿チェック等)	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
42	商業施設における健康スタンプラリー	足利市	コムファーストショッピングセンター	9月24日	10:00～14:00	http://www.city.a-shikaga.tochigi.jp	足利市健康増進課(スマートウェルネスシティ担当) Tel:0284-40-3112	対象) 住民全般 内容) 運動習慣づくりに向けたウォーキングイベント	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
43	健康の日医師講演会	足利市	矢場川公民館	9月13日	14:00～15:30	http://www.city.a-shikaga.tochigi.jp	足利市健康増進課(健康指導担当) Tel:0284-40-3115	対象) 地区住民 内容) 歯周疾患予防に関する医師の講演	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
44	生活習慣改善推進員 主催栄養講座	足利市	三重公民館 梁田公民館	9月4日 9月5日	10:00～13:00		足利市健康増進課 (健康指導担当) Tel:0284-40-3115	対象) 地区住民 内容) 減塩・栄養バ ランス・カルシウムア ップ等に関する調理実習 と栄養士の講話	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
45	4か月児健診でのファ ミリー向けワンポイン トアドバイス	足利市	保健センター	9月26日 9月27日 *9月27日は 午前、午後 の日程あり	13:30～16:00 9:30～12:00 13:30～16:00		足利市健康増進課 (健康指導担当) Tel:0284-40-3115	対象) 4か月健診に來所 した児の保護者 内容) 減塩・運動に関 した栄養士のワンポイ ントアドバイス	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
46	SWC(スマートウェルネス シティ)推進健康づくり講 座「健幸ウォーキング」	足利市	筑波公民館(女性学級) 毛野公民館(高齢者学 級) 久 野公民館(女性学級) 梁田公民館(女性学級) 小俣公民館(女性学級) 富田公民館(高齢者学 級) 御	9月7日 9月12日 9月14日 9月15日 9月22日 9月27日 9月28日	13:30～15:30 10:00～12:00 13:30～15:30 13:30～15:00 13:30～15:30 13:30～15:00 13:30～15:30		足利市健康増進課 (スマートウェルネスシティ担当) Tel:0284-40-3112	対象) 各学級受講者 内容) 運動指導員によ るウォーキングと「プ ラス10の 運動」推進のための講 話、実技指導	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
47	医師講演会	脂質異常症改善自主 グループ「翔けるの会」	足利市民プラザ	9月14日	1330～15:00	http://www.city.a-shikaga.tochigi.jp	足利市健康増進課 (健康指導担当) Tel:0284-40-3115	対象) 脂質異常症の予 防、改善に関心がある方 内容) 脂質異常症の予 防、改善に関する医師の 講演	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
48	生活習慣改善推進員 出前健康講座	足利市	高松町集会場	9月4日	10:00～11:30	http://www.city.a-shikaga.tochigi.jp	足利市健康増進課 (健康指導担当) Tel:0284-40-3115	対象) 地区住民 内容) 歯科衛生士によ る歯周疾患予防に関す る講話とブラッシング 指導	足利市健康増進課 Tel:0284-40-3115
49	子どもの料理コンクー ル出展作品発表会 ※栃木市食生活改善 推進員協議会事業	栃木市 健康増進課	栃木保健福祉センター	9月2日	未定		栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512	対象: 応募作品の中か ら選出された方 内容: 調理実習、試 食、総評	栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512
50	食改打合せ	栃木市 健康増進課	岩舟健康福祉センター	9月7日	午前中		栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512	対象: 食生活改善推進 員(岩舟支部) 内容: 岩舟健康福祉ま つり(10月15日)の打合 せ、調理実習	栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512
51	生涯骨太クッキング 打合せ ※栃木市食生活改善 推進員協議会事業	栃木市 健康増進課	栃木保健福祉センター	9月11日	未定		栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512	対象: 食生活改善推進 員 内容: 試作、役割分 担	栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
52	からだスッキリ運動教室	栃木市 健康増進課	栃木保健福祉センター 大平健康福祉センター 藤岡保健福祉センター 都賀保健センター 西方保健センター 岩舟健康福祉センター	9月 12.13.21.27 日	10:00～11:30		栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512	対象：平成28～29年度に各種健診（検診）を受診した20～74歳の者 内容：健康チェック、血圧・体重測定、講話（メタボとの関連、運動の必要性）、実技（メタボ予防・改善に効果があり、家庭で実施できる運動）	栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512
53	健診結果説明会	栃木市 健康増進課	栃木保健福祉センター 大平健康福祉センター 藤岡保健福祉センター 西方保健センター 岩舟健康福祉センター	9月 15.19.20.22 7日	9:30～11:30		栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512	対象：特定健康診査受診者のうち情報提供該当者（社会保険加入者を含む）、ヤング健診受診者 内容：健診結果にもとづく個別相談	栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512
54	子育て支援センター事業 ※食生活改善推進員（岩舟支部）関連事業	栃木市 健康増進課	岩舟健康福祉センター	9月22日	9:00～12:00		栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512	対象：乳児と保護者 内容：離乳食の大切さについてのお話と試食提供	栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512
55	県産米「なすひかり」消費拡大事業に関する事業打合せ ※栃木市食生活改善推進員協議会事業	栃木市 健康増進課	大平健康福祉センター	9月29日	未定		栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512	対象：食生活改善推進員 内容：試作、役割分担	栃木市健康増進課 TEL:0282-25-3512
56	脱！運動不足教室	佐野市 健康増進課	佐野市保健センター	8月29日～ 2月20日	9:30～ 11:00 13:30～ 15:00	shokensenta@city.sano.lg.jp	佐野市健康増進課 Tel0283-24-5770	対象：40歳～74歳の市民全般 内容：正しい運動の仕方や脂肪燃焼に効果のある運動	佐野市健康増進課 Tel0283-24-5770
57	糖尿病予防教室	佐野市 健康増進課	佐野市保健センター	8月24日～ 11月30日	9:30～ 11:00	shokensenta@city.sano.lg.jp	佐野市健康増進課 Tel0283-24-5770	対象：市民全般 内容：食事や生活改善など糖尿病を予防するポイントの講話と実習	佐野市健康増進課 Tel0283-24-5770

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
58	健康かめま21 (出前講座:栄養編)	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月4日	13:30~14:30		鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象:高齢者 内容:健康寿命延伸のための栄養の講話	鹿沼市健康課 0289-63-8312
59	まちの保健室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月6日	8:30~11:00	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1529,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象:市民 内容:健康相談、健康についての普及啓発PR	鹿沼市健康課 0289-63-8312
60	まちの保健室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月9日	8:30~11:00	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1529,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象:市民 内容:健康相談、健康についての普及啓発PR	鹿沼市健康課 0289-63-8312
61	生活習慣相談会	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月15日	10:00~11:30	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1529,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象:市民 内容:健診結果で糖、脂質、血圧等基準値を超えている方に生活改善の講話(生活・栄養)	鹿沼市健康課 0289-63-8312
62	運動教室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月15日	13:30~15:00	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1524,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象:市民 内容:生活習慣病予防としての運動の実際を学び日常生活に生かすための教室	鹿沼市健康課 0289-63-8312
63	慢性腎臓病予防教室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月19日	10:00~11:30	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1515,164,566.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象:市民 内容:CKDの発症予防及び重症化予防のための教室	鹿沼市健康課 0289-63-8312
64	まちの保健室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月20日	8:30~11:00	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1529,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象:市民 内容:健康相談、健康についての普及啓発PR	鹿沼市健康課 0289-63-8312

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
65	糖尿病予防教室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月25日	13:30～15:15	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1529,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象：市民 内容：糖尿病の発症予防及び重症化予防のための教室	鹿沼市健康課 0289-63-8312
66	40歳未満健診	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月26日	受付時間 9:00～10:00	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1515,164,566.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象：40歳未満の市民 内容：特定健診と同様の健診項目、歯科健診	鹿沼市健康課 0289-63-8312
67	まちの保健室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月27日	8:30～11:00	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1529,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象：市民 内容：健康相談、健康についての普及啓発PR	鹿沼市健康課 0289-63-8312
68	運動教室	鹿沼市	鹿沼市民情報センター	9月28日	13:30～15:00	http://www.city.kanuma.tochigi.jp/8,1524,164,565.html	鹿沼市健康課 0289-63-8312	対象：市民 内容：生活習慣病予防としての運動の実践を学び日常生活に生かすための教室	鹿沼市健康課 0289-63-8312
69	ウォーキング教室	日光市健康課	日光市内だいや川公園	9月15日	10:00～12:00		日光市健康課 TEL 0288-21-2756	対象：19～79歳の市民 (運動制限の無い方) 内容：専門家による効果的なウォーキングの方法の実習 ※事前申込要	日光市健康課 TEL 0288-21-2756
70	糖尿病予防教室	日光市健康課	日光市今市保健福祉センター	9月26日	10:00～13:00		日光市健康課 TEL 0288-21-2756	対象：市民の19～74歳のうち、特定健康診査結果でHbA1c5.6% (NGSP値)以上の方、糖尿病予防に関心のある方 内容：健康講話、栄養講話、ヘルシーバランス食試食 ※事前申込要	日光市健康課 TEL 0288-21-2756

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
71	成人健診結果説明会	日光市健康課	日光市今市保健福祉センター等 ※対象の方には、個別通知あり	9月4日 9月14日 9月25日 9月28日 9月29日	受付時間は 対象者数に 応じて設定 するため、要 問合せ。		日光市健康課 TEL 0288-21-2756	対象：19歳以上の市民のうち成人健診を受診した方 内容：健診結果の説明及び保健師・栄養士による生活習慣改善に向けての保健指導等	日光市健康課 TEL 0288-21-2756
72	健康づくり推進員支部健康・栄養教室	日光市健康課	各地区公民館・集会所等	9月12日 9月20日 9月26日	各会場で異なるため、要問合せ。		日光市健康課 TEL 0288-21-2756	対象：運動・食事に制限のない成人男女 内容：健康・栄養講話、尿中塩分測定、運動実技、調理実習・ヘルシーランチ試食等	日光市健康課 TEL 0288-21-2756
73	成人健康相談・病態栄養相談	小山市健康増進課	小山市保健福祉センター		9時30分～ 11時30分		小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520	対象者は生活習慣病に罹患している人や健康上悩みのある人、健康上問題がなくても関心のある人。 個々の体の状態にあわせて、栄養運動等の指導・助言を行い生活習慣病予防の知識の普及を行う。	小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520
74	メタボ対策予防事業(からだスッキリ!運動教室)	小山市健康増進課	小山市健康医療介護総合支援センター	9月21日	13時30分～ 15時		小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520	運動普及推進員と一緒にストレッチや筋力トレーニングなど参加者が気軽に体験できる運動を紹介	小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520
75	小山市民元気あっぷ体操普及啓発事業	小山市健康増進課	小山市内各所	9月1日～9月30日			小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520	市民ボランティアの協力による各種イベント等における体操実技、テレビ小山での放送、DVD販売、元気あっぷ体操応援隊による普及。	小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520
76	地区別健康教室 介護予防教室 出前講座	小山市健康増進課	市内各所	9月1日～9月30日			小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520	健康でいきいきとした生活を送るため、生活習慣病や介護予防等健康に関する正しい知識の普及・技術の普及を図る。	小山市健康増進課市民健康第二係 0285-22-9520

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
77	メタボ予防対策事業 (30代女性のための ヘルシーライフ講座)	小山市健康増進課	小山市保健福祉センター	9月15日 9月26日	9時30分～ 12時		小山市健康増進課市民 健康第二係 0285-22-9520	市民のうち30代女性を 対象に自身の健康に関 心をもち、仲間ととも に早期から健康づくり 行動ができるよう多方 面から支援する。	小山市健康増進課市民 健康第二係 0285-22-9520
78	CKD(慢性腎臓病)予 防セミナー	小山市健康増進課	小山市健康医療介護総 合支援センター	9月28日	13時30分～ 15時30分		小山市健康増進課市民 健康第二係 0285-22-9520	特定健診(集団)受診 者のうち40～74歳 で、e-GFR30以上59 以下の者のうち参加を 希望する者又は教室に 関心のある市民を対象 に、 慢性腎臓病(CKD) についての正しい知識 と重症化防止の必要 性、生活習慣の改善等 指導を医師講話・グ ループワーク等とお して行う。	小山市健康増進課市民 健康第二係 0285-22-9520
79	食生活改善推進委員 会による健康料理教室	小山市食生活改善推 進委員会	間々田市民交流センター 桑市民交流センター 保健福祉センター 大谷公民館	9月13日 14日 15日	いずれも10 時～		小山市健康増進課市民 健康第二係 0285-22-9521	一般市民対象に生活習 慣病予防のための料理 について講話と実技を 行う。	小山市健康増進課市民 健康第二係 0285-22-9521
80	シニア元気あっぷ塾	シニア元気あっぷ塾 サポーターきりり会	文化センター小ホール 道の駅思川 勤労青少年ホーム等 市内各所	9月1日～9月 30日	9時30分～ 11:00 13時30分～ 15時		小山市地域包括ケア推 進課地域支援係 0285-22-9647	一般高齢者向けに筋力 向上トレーニングを実 施	
81	真岡市健康21プラン 推進講演会 「仮)生活習慣病予防 のための運動～運動 習慣をつくる～」	真岡市	真岡市民会館小ホール	9月22日	1:30～3:00	http://www.city.moka.lg.jp/	真岡市健康増進課	対象は市民 内容は講演会	0285-83-8122
82	真岡市健康21プラン 運動推進事業 「プロから学ぶ 楽しい 歩き塾」	真岡市	①総合運動公園 ②③井頭公園	①9月26日 ②9月27日 ③10月4日	9:00～ 10:10	http://www.city.moka.lg.jp/	真岡市健康増進課	対象は市民 内容は運動実践	0285-83-8122

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
83	ちゃれんじ60歩こうか真岡	真岡市	各自	9月～12月		http://www.city.moka.lg.jp/	真岡市健康増進課	対象は市民 運動習慣をつけるためのきっかけをつくる。 60日間ウォーキングを 実践したら、達成賞として記念品を進呈	0285-83-8122
84	健康コラム「ロコモ」掲載	真岡市		9月号			真岡市健康増進課	広報紙掲載	0285-83-8122
85	第3回健康セミナー	大田原市健康長寿都市推進委員会	栃木県大田原市 那須野が原ハーモニーホール	2017/9/20	13時30分～ 15時00分	http://www.city.ohawara.tochigi.jp/docs/2013082765635/	健康政策課 健康政策係 0287-23-8704	対象：どなたでも 内容：講演会 「おくりびとが教える 終活の始めかた～明るいセカンドライフと納得できる最期のために～」	健康政策課 健康政策係 0287-23-8704
86	広報おたわら (健康おたわら塾)	大田原市					健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象：市民 内容：ライフステージに応じた健康づくりの観点から、知識や情報を周知する	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601
87	ためして運動塾	大田原市	栃木県大田原市 トコトコ大田原	2017/9/4	9時30分～ 11時30分	http://www.city.ohawara.tochigi.jp/docs/2013082779038/	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象：市民 内容：生活習慣病を予防・改善するために効果的な有酸素運動を実施	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601
88	健診結果説明会	大田原市	栃木県大田原市 公民館等	2017/9/1,8,12,19,20,21 2017/9/13,14,22,25,26	9時00分～11時30分 9時00分～15時00分		健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象：市民健診受診者 内容：保健師、管理栄養士による健診結果に基づく個別の保健指導	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時	5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
89	歯周病について情報提供	健康づくりリーダー連絡協議会	栃木県大田原市 集団健診会場	2017/9/2,8,9,10,14,16,25,30 8時00分～11時00分		健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象:市民健診受診者 内容:歯周病についてのチラシ配布	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601
90	まちなか保健室	大田原市	栃木県大田原市 トコトコ大田原	2017/9/28 9時00分～11時30分		健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象:市民 内容:保健師・管理栄養士による個別の健康相談	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601
91	野菜レシピ配布	大田原市食生活改善推進員連絡協議会	栃木県大田原市 集団健診会場	2017/9/2,8,9,10,14,16,25,30 8時00分～11時00分		健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象:市民健診受診者 内容:野菜摂取量を増やすためのチラシ配布	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601
92	喫煙者対策	大田原市	栃木県大田原市 集団健診会場 健診結果説明会会場	2017/9/9 9時00分～11時00分 2017/9/1,8,12,19,20,21 9時00分～11時00分 2017/9/13,14,22,25,26 9時00分～15時00分		健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象:市民健診受診者で、現在喫煙している者、喫煙歴がある者 内容:肺年齢測定	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601
93	健康づくりリーダー研修会	大田原市	那須赤十字病院マイタウンホール	2017/9/29 13時30分～15時30分		健康政策課 成人健康係 0287-23-7601	対象:健康づくりリーダー(各自治会推薦者) 内容:愛あいプラン(母子保健計画)から最近の子育て事情を理解する	健康政策課 成人健康係 0287-23-7601
94	健診結果説明会	矢板市	矢板市保健福祉センター	9月13日 9月26日	9:30～15:00	矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118	健診受診者に対し個別面談を行い、生活習慣病予防についてパンフレットを配布し啓発する。	矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118
95	健康ウォーキング	矢板市	矢板市内	9月24日	9:30～12:00	矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118	市民や矢板市健康づくりみどりの会会員を対象とし、市内でウォーキングをする。また、減塩みそ汁を提供し試食してもらう。	矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
96	健康栄養相談	矢板市	矢板市保健福祉センター	9月25日	9:00～16:00		矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118	相談希望者に対し、個別相談を行う。	矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118
97	からだすこやか講座	矢板市	矢板市保健福祉センター	9月25日	13:00～15:00		矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118	健康診断の結果で血糖値が基準値よりも高い者に対し、糖尿病についての講話をする。	矢板市健康増進課 TEL:0287-43-1118
98	シルバーサポーター研修会	矢板市	矢板市保健福祉センター	9月1日	9:30～11:30		矢板市高齢対策課 TEL:0287-43-3896	シルバーサポーターに対し、介護予防や筋力低下防止のための体操の普及。	矢板市高齢対策課 TEL:0287-43-3896
99	いきいき体操教室	矢板市	自治公民館		9:30～11:30		矢板市高齢対策課 TEL:0287-43-3896	6か所の自治公民館で介護予防の体操の実践や健康相談、健康講話を行う。	矢板市高齢対策課 TEL:0287-43-3896
100	2歳児歯科健診	矢板市	矢板市保健福祉センター	9月8日	13:00～15:00		矢板市子ども課 TEL:0287-44-3600	健診受診者とその親に対し、個別面談時に栄養・食生活や歯についての啓発を行う。	矢板市子ども課 TEL:0287-44-3600
101	10か月児健診	矢板市	矢板市保健福祉センター	9月7日	13:00～15:00		矢板市子ども課 TEL:0287-44-3600	健診受診者とその親に対し、個別面談時に栄養・食生活についての啓発を行う。	矢板市子ども課 TEL:0287-44-3600
102	1歳6か月児健診 3歳6か月児健診	矢板市	矢板市保健福祉センター	9月28日 9月12日	13:00～15:00		矢板市子ども課 TEL:0287-44-3600	健診受診者とその親に対し、個別面談時に栄養・食生活や歯についての啓発を行う。歯についての啓発を行う。	矢板市子ども課 TEL:0287-44-3600

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
103	健診結果相談会	那須塩原市 健康増進課	黒磯保健センター 西那須野保健センター	9月1、24日 9月15日 9月6、14日	9:00～11:00 13:00～15:00 9:00～11:00	http://www.city.nasushiobara.lg.jp/16/001812.html	健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356	・健診結果、ロコモについての集団指導 ・個別の健康相談 ・特定保健指導	健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356
104	若い世代への健康教育	那須塩原市 健康増進課	黒磯保健センター 西那須野保健センター	9月25日 9月8日	13:30～15:30 13:30～15:30		健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356	・20歳～39歳までの子宮がん乳がん検診受診者に対し、生活習慣(病)についての集団指導 ・ロコモの普及啓発を兼ねた運動指導 ・食生活改善推進員の協力を得ての食生活指導	健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356
105	食生活相談	那須塩原市 健康増進課	黒磯保健センター 西那須野保健センター	9月1、24日 9月15日 9月6、14日	9:00～11:00 13:00～15:00 9:00～11:00	http://www.city.nasushiobara.lg.jp/16/001812.html	健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356	管理栄養士による食生活に関する指導・助言	健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356
106	がん検診・特定健診	那須塩原市 健康増進課	黒磯保健センター 西那須野保健センター ハロープラザ 東那須野公民館 塩原公民館	9月3、7、11、13、14、15、21、24、28日 9月1、4、12、24、26日 9月20日 9月22日 9月27日	8:00～12:00	http://www.city.nasushiobara.lg.jp/16/000525.html	健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356	胃がん、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん、骨粗しょう症検診、胃リスク検診、肝炎検診、特定健診	健康増進課健康増進係 黒磯保健センター 0287-63-1100 西那須野保健センター 0287-38-1356
107	日本一周ウォーキング	さくら市健康増進課	総合公園	9月5日	10:00～10:45		さくら市健康増進課	市民を対象に初心者向けのウォーキング教室を実施。	028-682-2589
108	貯筋フィットネス	さくら市健康増進課	氏家・喜連川保健センター	9月1日	19:15～20:15		さくら市健康増進課	市民を対象に運動指導士の指導のもとエアロビクスを実施。	028-682-2589

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
109	健診結果相談会	さくら市健康増進課	氏家・喜連川保健センター	9/5 9/8 9/13 9/19	9:00～11:00		さくら市健康増進課	総合健診を受診した国保で30～64歳の市民に対して、保健師（必要時栄養士）による個別指導を実施。	028-682-2589
110	量ってらくらくダイエット	さくら市健康増進課	氏家保健センター	9月25日	10:00～12:30		さくら市健康増進課	BMI28以上の市民、もしくは希望者に対して体重コントロールを目的とした全7回コースの教室。	028-682-2589
111	栄養相談会	さくら市健康増進課	氏家・喜連川保健センター	9月20日	9:30～14:30		さくら市健康増進課	栄養士、保健師による個別指導。	028-682-2589
112	食生活改善推進員 地区別料理講習会	那須烏山市健康福祉課	保健福祉センター 七合公民館	9月2日・30日	10:00～13:00		健康福祉課 Tel0287-88-7115	対象：市民 内容：健康講話「なすからすやま健康プラン・健康マイレージ事業について」・栄養講話及び調理実習「減塩」	健康福祉課 Tel0287-88-7115
113	食生活改善推進員 リーダー講習会	那須烏山市健康福祉課	保健福祉センター	9月4日	9:00～13:00		健康福祉課 Tel0287-88-7115	対象：食生活改善推進員役員 内容：地区別料理講習会における減塩料理試作・検討	健康福祉課 Tel0287-88-7115
114	南那須公民館講座料理教室	那須烏山市生涯学習課	南那須公民館	9月9日	10:00～12:00		烏山公民館 Tel0287-83-1412	対象：市民 内容：講話と調理実習「健康的な食事」	健康福祉課 Tel0287-88-7115
115	元気あっぷ体操	那須烏山市健康福祉課	保健福祉センター	9月11日	9:30～11:30		健康福祉課 Tel0287-88-7115	対象：イスウル友の会 会員 内容：運動（3B体操）	健康福祉課 Tel0287-88-7115

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
116	食生活相談	那須烏山市健康福祉課	保健福祉センター 烏山庁舎	9月14日・28 日	9:00～12:00 13:00～16:00		健康福祉課 TEL0287-88-7115	対象：市民 内容：管理栄養士、保健師による食生活相談	健康福祉課 TEL0287-88-7115
117	健康貯筋セミナー	那須烏山市健康福祉課	保健福祉センター	9月14日	18:30～20:00		健康福祉課 TEL0287-88-7115	対象：特定保健指導該当者及び運動に関心のある方 内容：健康運動指導士による運動（ストレッチ、筋トレ、有酸素運動）・保健師による健康講話	健康福祉課 TEL0287-88-7115
118	ウォーキングセミナー	那須烏山市健康福祉課	保健福祉センター	9月15日・28 日	13:30～16:00		健康福祉課 TEL0287-88-7115	対象：市民 内容：健康講話、ウォーキング実技	健康福祉課 TEL0287-88-7115
119	特定保健指導	那須烏山市健康福祉課	烏山公民館	9月19日	9:30～11:30		健康福祉課 TEL0287-88-7115	対象：特定保健指導対象者 内容：保健師、管理栄養士による指導	健康福祉課 TEL0287-88-7115
120	健診結果説明会	那須烏山市健康福祉課	烏山公民館	9月19日	13:30～15:30		健康福祉課 TEL0287-88-7115	対象：健診受診者 内容：保健師、栄養士による結果説明、保健指導	健康福祉課 TEL0287-88-7115
121	体組成測定・健康相談	那須烏山市健康福祉課	保健福祉センター	9月25日	9:00～12:00 13:00～16:00		健康福祉課 TEL0287-88-7115	対象：市民 内容：体組成測定、保健師による健康相談	健康福祉課 TEL0287-88-7115
122	健診結果説明会	下野市健康増進課	保健福祉センターゆうゆう館	9月4日	9:00～11:30 受付	http://www.city.s-himotsuke.lg.jp/1855/info-0000002649-0.html	下野市健康増進課 TEL0285-32-8905	対象者：平成29年度に健診を受けた方 内容：健診結果の説明と、健康に関する相談	下野市健康増進課 TEL0285-32-8905

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
123	運動基礎教室	下野市健康増進課	保健福祉センターきらら館	9月8日	10:00～11:30		下野市健康増進課 TEL0285-32-8905	対象者：20歳以上74歳までの下野市民 内容：家庭でもできる運動の指導と実践	下野市健康増進課 TEL0285-32-8905
124	健康づくり基礎教室	下野市健康増進課	保健福祉センターきらら館	9月12日	9:15～13:30		下野市健康増進課 TEL0285-32-8905	対象者：40歳以上の健康診断を受けた方 内容：生活習慣病を予防するための食事と運動の実践（調理実習あり）	下野市健康増進課 TEL0285-32-8905
125	高血圧予防教室	下野市健康増進課	保健福祉センターゆうゆう館	9月29日	9:30～14:00		下野市健康増進課 TEL0285-32-8905	対象者：74歳以下の方で、「血圧が要指導以上で内服治療していない方」又は「eGFRが要指導の方」 内容：高血圧予防、腎臓病予防のために必要な知識の提供と塩分控えめの食事について調理実習	下野市健康増進課 TEL0285-32-8905
126	健康増進普及月間の周知	上三川町	町内全域 (広報誌による周知)	9月1日 (広報誌配布日)		http://www.town.kaminokawa.tochigi.jp/kouhou/index_koho.htm (過去の広報が観られるURL)	上三川町健康課成人健康係 0285-56-9133	・内容 広報誌に、健康増進普及月間についての記事を掲載予定。	上三川町健康課成人健康係 0285-56-9133
127	元気アップ栄養教室	上三川町健康課 町食生活改善推進協議会	上三川いきいきプラザ	9月7日			上三川町健康課成人健康係 0285-56-9133	・対象 町内在住の20～74歳 ・内容 テーマ「骨元気！カルシウムたっぷり料理」 健康講座・調理実習	上三川町健康課成人健康係 0285-56-9133
128	運動教室「益健クラブ」	益子町(益子健康クラブ)	益子町保健センター	9月12日	(火)		益子町保健センター 0285-70-1121	中高年を対象としたメタボ予防及び筋力アップ教室	益子町保健センター 0285-70-1121

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
129	糖尿病予防教室	益子町(糖尿病予防教室友の会)	益子町保健センター	9月22日	(金)		益子町保健センター 0285-70-1121	中高年を対象とした糖尿病予防のための教室	益子町保健センター 0285-70-1121
130	12か月児相談時母親の歯科相談	益子町	益子町保健センター	9月20日	(水)		益子町保健センター 0285-70-1121	12か月相談時母親の歯科相談	益子町保健センター 0285-70-1121
131	健康相談	益子町	益子町保健センター	9月4.11.25	(月)		益子町保健センター 0285-70-1121	中高年を対象とした糖尿病予防のための教室及び健康相談	益子町保健センター 70-1121
132	特定健診結果説明会	益子町	益子町保健センター あぐり館	保健センター 9月9 あぐり館 9月7日	保健センター (土) あぐり館 (木)		益子町保健センター 0285-70-1121	特定健診の結果説明会、個別に結果を説明	益子町保健センター 70-1121
133	笑いヨガクラブ	茂木町	茂木町保健福祉センター 「元気アップ館」	9月15日	午後		茂木町保健福祉課 0285-63-2555	笑うエクササイズとヨガの呼吸法を組み合わせた健康づくり運動	茂木町保健福祉課 0285-63-2555
134	健康体操教室	生命の貯蓄体操普及会茂木支部	茂木町保健福祉センター 「元気アップ館」	毎週火曜日	午前10時～ 11時30分		茂木町保健福祉課 0285-63-2555	丹田呼吸とともに操法を行う。正しい呼吸法を行うことで全身の血流がよくなり、また体操により骨格の調整ができ、腰の痛みや肩こりがやわらぎます。	茂木町保健福祉課 0285-63-2555
135	元気づくり体験	市貝町	町内8地区の公民館	月・木コース 午前・午後	火・金コース 午前・午後		健康福祉課健康づくり係 0285-68-1133	一般町民に対し地域公民館を拠点に6か月間、コーディネーターの資格をとった職員が介入し運動指導を中心に実施。6か月後は、自主活動中心	健康福祉課健康づくり係 0285-68-1133

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
136	からだスッキリ教室	市貝町	保健福祉センター	9月28日	午前9時30分 から13時		健康福祉課健康づくり係 0285-68-1133	前年度肥満、血圧、脂 質、血糖要指導以上の ものに対し病態講話、 栄養、運動の実践	健康福祉課健康づくり係 0285-68-1133
137	健康体操	市貝町	保健福祉センター (市貝温泉) ふれあい館 大谷津公民館	週1 月1 月2 月1	午前10時か ら11時30分		健康福祉課健康づくり係 0285-68-1133	生命の貯蓄体操を活用 した運動教室	健康福祉課健康づくり係 0285-68-1133
138	健診結果説明会	市貝町	保健福祉センター	9/8・9/26	午後1時から 4時		健康福祉課健康づくり係	健診結果・肥満、血 圧、脂質、血糖、肝機 能等が要指導以上の者 に対し生活改善のため の保健指導の実施	健康福祉課健康づくり係 0285-68-1133
139	健康相談	芳賀町	芳賀町保健センター	9月(火) (木)	9:00～16:00		健康増進課 TEL028-677-604 2	対象：芳賀町民 内 容：健康に関する相談 を保健師がお受けしま す。	健康増進課 TEL028-677-604 2
140	栄養相談	芳賀町	芳賀町保健センター	9月14日(木)	9:00～16:00 (予約制)		健康増進課 TEL028-677-604 2	対象：芳賀町民・慢性 疾患等で食事療法が必 要な方など 内容：食 事に関する相談を管理 栄養士がお受けしま す。	健康増進課 TEL028-677-604 2
141	ボディデザイン教室 ～噛むことの重要性 と歯の健康のための 磨き方～	壬生町	壬生町保健福祉センター	9月28日	10:00～12: 00		壬生町健康福祉課 健康増進係 0282-81-1885	対象：壬生町在住の方 内容：歯科衛生士によ る 歯の健康のため の 講話・実演	壬生町健康福祉課 健康増進係 0282-81-1885
142	メタボ予防教室	壬生町	壬生町保健福祉センター	9月13日	9:30～11:30		壬生町健康福祉課 健康増進係 0282-81-1886	対象：74歳以下の住民 内容：インストラク ター による運動実践	壬生町健康福祉課 健康増進係 0282-81-1886

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
143	ポスター掲示	壬生町	壬生町保健福祉センター 壬生町役場	9月中			壬生町健康福祉課 健康増進係 0282-81-1887	対象：一般住民 内容：ポスターの掲示	壬生町健康福祉課 健康増進係 0282-81-1887
144	からだスッカリ教室 (運動編)	野木町	町保健センター	9月4日	13:30～16:00		野木町役場 健康福祉課 健康増進係	対象：運動制限のない住民 内容：運動指導の講師による講演及び実習	0280(57)4171
145	からだスッカリ教室 (知識編)	野木町	町保健センター	9月13日	14:00～15:30		野木町役場 健康福祉課 健康増進係	対象：住民 内容：医師による健康に関する講話	0280(57)4171
146	ロコモ予防チャレンジ 教室	野木町	町保健センター	9月15日	10:00～11:30		野木町役場 健康福祉課 健康増進係	対象：40歳以上の運動制限のない住民 内容：ロコモ予防を目的とした運動教室	0280(57)4171
147	からだスッカリ教室 (食事編)	野木町	町保健センター	9月8日	13:30～15:00		野木町役場 健康福祉課 健康増進係	対象：住民 内容：町管理栄養士による講話とミニ調理実習	0280(57)4171
148	ポスターの掲示	塩谷町	役場、道の駅、生涯学習センター	9月中			塩谷町 保健福祉課	ポスターの掲示	塩谷町役場 保健福祉課
149	健康月間の普及啓発	塩谷町	玉生コミュニティーセンター	9月1日			塩谷町 保健福祉課	健康月間のティッシュの配布	塩谷町役場 保健福祉課

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
150	エアロビクス教室	高根沢町健康福祉課 (保健センター)	高根沢町保健センター	9月5日、9月 14日	10:00～11: 15		高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559	対象：住民 内容：運動指導士によ る、健康の保持増進の ための、初心者向けの 簡単なエアロビクス	高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559
151	すっきりスリム教室	高根沢町健康福祉課 (保健センター)	高根沢町保健センター	9月11日、9 月25日	10:00～11: 15		高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559	対象：住民 内容：運動指導士によ る、健康の保持増進の ための、ストレッチ・ リンパマッサージ・筋 トレ等	高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559
152	無料エクササイズ	高根沢町健康福祉課 (保健センター)	高根沢町保健センター	9月7日、9月 15日	9:40～10:10		高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559	対象：住民 内容：運動指導士によ る、生活習慣病予防・ 改善のための、手軽に 実施できる運動の紹介	高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559
153	栄養教室	高根沢町健康福祉課 (保健センター)	高根沢町保健センター	9月28日	10:30～13: 00		高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559	対象：住民 内容：管理栄養士によ る、生活習慣病予防・ 改善のための栄養講 話、調理実習体験	高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559
154	栄養相談	高根沢町健康福祉課 (保健センター)	高根沢町保健センター	9月29日			高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559	対象：住民 内容：管理栄養士によ る、生活習慣病予防・ 改善のための栄養相談	高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559
155	ポスター掲示による 広報活動	高根沢町健康福祉課 (保健センター)	高根沢町保健センター	9月1日～9月 30日			高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559		高根沢町健康福祉課 (保健センター) Tel028-675-4559
156	ファットレスクラブ	那須町	那須町保健センター スイミングドーム	9月4日(月) 9月28日(木)	9:30～11:30 9:30～11:30		那須町保健センター Tel0287-72-5858	対象：40歳以上の方 内容：ストレッチ・筋 力トレーニング、水中 ウォーキング、アクア ビクス	那須町保健センター Tel0287-72-5858

	1. 名称	2. 主催者(団体)	3. 場所	4. 日時		5. URL (事業の告知先)	6. 主催者問い合わせ先	7. 事業内容 (対象、内容等)	8. 連絡先
157	食事相談	那須町	那須町保健センター	9月21日(木)	10:00~15:00		那須町保健センター Tel.0287-72-5858	対象：町民の方 内容：栄養士による食生活相談	那須町保健センター Tel.0287-72-5858
158	親子で元気パワーアップ教室	那須町	田代友愛小学校	9月28日(木)	10:30~12:00		那須町保健センター Tel.0287-72-5858	対象：町内の小学生及び保護者 内容：親子運動教室	那須町保健センター Tel.0287-72-5858
159	九尾まつり	那須町	余笹川ふれあい公園	9月24日(日)	10:00~15:00		那須町観光商工課 Tel.0287-72-6918	対象：町民、近隣にお住まいの方 内容：食生活改善推進員による減塩対策	那須町保健センター Tel.0287-72-5858
160	バランスアップ栄養講座	那須町	那須町保健センター	9月28日(木)	9:30~14:30		那須町保健センター Tel.0287-72-5858	対象：町民の方 内容：地域の健康づくりを考え活動していく食生活改善推進員の養成講座	那須町保健センター Tel.0287-72-5858
161	なかがわフィットネス倶楽部	那珂川町	健康管理センター・小川公民館	9月12日・26日	午後7時~8時30分	http://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/20kurashi/02ikuji/2016-0726-1831-30.html	健康管理センター Tel.0287-92-1188	・町主催の運動教室修了者で、65歳以下の方 ・特定保健指導対象者 ・その他	健康管理センター Tel.0287-92-1188
162	特定保健指導	那珂川町	健康管理センター・すこやか共生館	9月4日・5日・19日・20日・	午前9時15分~11時	http://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/20kurashi/02ikuji/2016-0726-1831-31.html	健康管理センター Tel.0287-92-1188	・特定保健指導対象者(動機付け支援・積極的支援)	健康管理センター Tel.0287-92-1188
163	栄養相談	那珂川町	健康管理センター	9月11日	午後1時~予約制(1人1時間程度)	http://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/20kurashi/02ikuji/2016-0726-1831-32.html	健康管理センター Tel.0287-92-1188	・医療機関から依頼のあった方 ・精密検査連絡票にて保健指導が必要と認める方 ・本人及び家族からの依頼	健康管理センター Tel.0287-92-1188