

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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	健康増進普及月間のPR	健康福祉部健康増進課	県庁舎	9月1日～9月30日	終日	長野県健康福祉部健康増進課食育・栄養係 026-235-7116	県庁舎各階に月間PRポスターを掲示、4階健康増進課前に、健康づくり県民運動「信州ACE(エース)プロジェクト」関連資料、ポスターを掲示	長野県健康福祉部健康増進課食育・栄養係 026-235-7116
2	「ACE×食育」県民大会	健康福祉部健康増進課	長野市エムウェーブ	9月8日	13:30～15:20	長野県健康福祉部健康増進課健康づくり推進係 026-235-7112	対象：来場者 内容：信州ACEプロジェクトに関連して、健康体操、食育トークイベント等を実施	長野県健康福祉部健康増進課健康づくり推進係 026-235-7112
3	社員食堂健康づくり応援メニューコンテスト	健康福祉部健康増進課	松本大学	9月15日	10:00～12:30	長野県健康福祉部健康増進課食育・栄養係 026-235-7116	信州ACEプロジェクトにおけるEat(健康に食べる)の一環として、社員食堂等で提供される「健康づくり応援メニュー」のコンテストを実施	長野県健康福祉部健康増進課食育・栄養係 026-235-7116
4	普及啓発展示	佐久保健福祉事務所	佐久合同庁舎	9月11日～9月30日	終日	長野県佐久保健福祉事務所健康づくり支援課 電話 0267-63-3163	信州ACE(エース)プロジェクト及びさくさく野菜食べようキャンペーンに関することについての展示(運動、健診受診、野菜摂取増及び減塩の推進に関すること)。	長野県佐久保健福祉事務所健康づくり支援課 電話 0267-63-3163
5	さくさく野菜食べようキャンペーン夏季キャンペーン	佐久保健福祉事務所	佐久地域全域	8月10日～9月30日		長野県佐久保健福祉事務所健康づくり支援課 電話 0267-63-3163	対象：佐久地域住民 内容：野菜摂取と減塩について、ポスター、リーフレット等による普及啓発及び企業等への出前講座の実施。	長野県佐久保健福祉事務所健康づくり支援課 電話 0267-63-3163

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
6	づく出すサポーター養成講座	佐久保健福祉事務所	佐久地域全域	9月6日、10月9日、11月5日、12月5日 計4回	いずれも13:00~16:00	長野県佐久保健福祉事務所健康づくり支援課 電話 0267-63-3164	対象：概ね60歳以上の佐久地域住民 内容：自らが身体活動の実践者となり、運動に関する知識や情報を周囲に伝えるボランティアの育成	長野県佐久保健福祉事務所健康づくり支援課 電話 0267-63-3164
7	小諸健幸マイレージ	健康づくり課	市内	5月~3月末		小諸市健康づくり課	対象：18歳以上の小諸市民(高校性は除く) 内容：特定健診、がん検診を受けて指定のウォーキング教室に参加すると市内直売所で使える500円分の野菜券がもらえる	小諸市健康づくり課 0267-25-1880(直通)
8	地域健康セミナー	小諸市保健推進員会・小諸市健康づくり課	古城会館	9月8日	10:00~11:30	小諸市健康づくり課	対象：市民 内容：筋力アップで正しい姿勢づくり	小諸市健康づくり課 0267-25-1880(直通)
9	三岡ウォーキング	小諸市スポーツ推進委員	森山公民館	9月28日	8:00~9:00	小諸市スポーツ課	対象：市民 内容：森山公民館を起点にストレッチおよびウォーキングを実施 ※こもろ健幸マイレージ対象事業	小諸市役所スポーツ課 0267-22-1700 (内) 2282
10	あさまウォーキング	小諸ユースホテル	小諸ユースホテル	9月7日・21日	9:30~10:30	小諸ユースホテル	対象：市民 内容：小諸ユースホテルを起点にストレッチおよびウォーキングを実施 ※こもろ健幸マイレージ対象事業	小諸ユースホテル 0267-23-5732

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
11	こもろウォーキング	まきはうす	懐古園馬場	9月14日 17:00~8:00		まきはうす	対象：市民 内容：懐古園馬場を起点にストレッチおよびウォーキングを実施 ※こもろ健幸マイレージ対象事業	まきはうす 090-1047-8065
12	キザキウォーキング	キザキ	キザキ本社	9月毎週水・金曜日 8:00~8:45		キザキ	対象：市民 内容：キザキ本社を起点にストレッチおよびウォーキングを実施 ※こもろ健幸マイレージ対象事業	キザキ 22-1354
13	こもろっジ「食の日」	小諸市食生活推進協議会	小諸市子育て支援センター「こもろっジ」	9月12日 10:30~		小諸市健康づくり課保健予防係(食生活改善推進協議会事務局)	対象：こもろっジ利用者とその保護者 内容：地元野菜を使用しておやつを紹介と提供	小諸市健康づくり課 0267-25-1880(直通)
14	離乳食教室	小諸市健康づくり課	小諸市保健センター	9月26日 9:30~		小諸市健康づくり課	対象：8か月児とその保護者 内容：離乳食、歯と口の話と試食、育児相談、子育て支援センターと連携し手遊びや絵本の読み聞かせ	小諸市健康づくり課 0267-25-1880(直通)
15	子育て2歳児教室	小諸市健康づくり課	小諸市保健センター	9月24日 9:20~		小諸市健康づくり課	対象：2歳6か月児とその保護者 内容：食生活推進協議会が昔ながらのおやつを提供しての世代間交流や、歯の染め出し、専門職による育児支援	小諸市健康づくり課 0267-25-1880(直通)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
16	プレママ教室	小諸市健康づくり課	小諸市保健センター	9月27日 13:35～		小諸市健康づくり課	対象：妊娠25週前後の妊婦とその家族 内容：各月別に妊娠期、産褥期について専門職によるミニ講話と個別相談、DVD視聴	小諸市健康づくり課 0267-25-1880(直通)
17	健康長寿こもろ教室シリーズ2	小諸市高齢福祉課	小諸市3階第3・第4会議室	9月11日(水) 13:30～15:00 9月25日(水)		小諸市高齢福祉課 Tel.0267-22-1700 (内線2131)	内容：介護予防や健康づくりについて学ぶ。シリーズ2では、薬剤師・医師・歯科医師が講師。	長野県小諸市 担当課：高齢福祉課 Tel:0267-22-1700 (内線2131)
18	糠塚運動教室	小諸市高齢福祉課	小諸市高齢者福祉センター大広間	9月20日(金) 10:00～11:30		小諸市高齢福祉課 Tel.0267-22-1700 (内線2131)	対象：概ね65歳以上の市民 内容：日常生活での運動の継続、運動機能向上、疲れにくい体を目指す。健康づくりのポイントの啓発。	長野県小諸市 担当課：高齢福祉課 Tel:0267-22-1700 (内線2131)
19	健口栄養相談～転ばぬ先のフレイルチェック～	小諸市高齢福祉課	小諸市市民交流センター2階会議室3	9月10日(火) 10:00～11:30		小諸市高齢福祉課 Tel.0267-22-1700 (内線2131)	対象：概ね65歳以上の市民 内容：食事バランスを判定する食育システムと、簡単な自己チェックで身体やお口の状態を知ってフレイル予防を目指す。	長野県小諸市 担当課：高齢福祉課 Tel:0267-22-1700 (内線2131)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
20	脳いきいき教室	小諸市高齢福祉課	小諸市 市民交流センター2階	9月27日(金) 13:30~15:00		小諸市高齢福祉課 Tel.0267-22-1700 (内線2131)	内容:認知症を理解し、予防していくための教室。楽しく頭と身体を使って運動・レクリエーション等を行います。	長野県小諸市 担当課:高齢福祉課 Tel.0267-22-1700 (内線2131)
21	健康達人区らぶ	小諸市社会福祉協議会(小諸市委託事業)	各地区で開催			小諸市社会福祉協議会 Tel.0267-25-7337	内容:地域住民の交流と、健康づくりと介護予防のための講話や簡単な体操、レクリエーションを行う。	長野県小諸市 担当課:高齢福祉課 Tel.0267-22-1700 (内線2131)
22	結果報告会	佐久市健康づくり推進課	佐久市保健センター、他	9月4、6、10、11、12、13、17、18、20、25、29日 9~12時		佐久市健康づくり推進課 0267-62-3189	対象:地域集団健診を受診した方 内容:健診結果について説明をしながら返却する。	佐久市健康づくり推進課 0267-62-3189
23	健診キャンペーン	佐久市健康づくり推進課	佐久市役所 市民ホール	9月12、13日 9~16時		佐久市健康づくり推進課 0267-62-3189	対象:市民 内容:健診受診勧奨に合わせ、血圧・体組成測定、栄養相談など	佐久市健康づくり推進課 0267-62-3189
24	夏のヘルスアップ健康体操教室	小海町	北牧楽集館	9月25日 13:30~16:00	<a href="http://www.koum-i-town.jp">http://www.koum-i-town.jp</a>	小海町 町民課保健係 Tel.0267-92-2525	対象:町民 内容:健康運動指導士による健康体操の実施	小海町 町民課保健係 Tel.0267-92-2525
25	夏の健康管理合同会議	佐久穂町	茂来館	8月24日 13:30~17:00		佐久穂町役場健康福祉課健康づくり係 TEL0267-86-2525	対象:健康づくり団体、医療機関、町内の各種団体等 内容:「町の健康課題について」話題提供後にグループワーク	佐久穂町役場健康福祉課健康づくり係 TEL0267-86-2525

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
26	健康教室	佐久穂町	各地区公民館	9/3、4、9、13、18、19、20、24、27、30		佐久穂町役場健康福祉課健康づくり係 TEL0267-86-2525	対象：町民 内容：健康増進、介護予防に関する講話と実習	佐久穂町役場健康福祉課健康づくり係 TEL0267-86-2525
27	食育普及学習会	佐久穂町	各地区公民館	9/9、13、25、26		佐久穂町役場健康福祉課健康づくり係 TEL0267-86-2525	対象：町民 内容：食事のバランスについての講話	佐久穂町役場健康福祉課健康づくり係 TEL0267-86-2525
28	集荷所健康相談	川上村	各蔬菜集荷所10か所	7月から9月各集荷所につき月1回ずつ		川上村保健福祉課 0267-97-3600	集荷所に来所された方や事業所の方血圧測定、血糖測定、各種健康相談、飲み物に含まれる熱量と砂糖の量の展示、禁煙啓発掲示	川上村保健福祉課 0267-97-3600
29	まんまキッチン	南牧村	中央公民館	9月4日		南牧村役場住民課 0267-96-2211	対象：4・5ヶ月児の母親 内容：保健師・管理栄養士による調理実習方式の集団指導、離乳食の進みが心配な母親対象の個別指導	南牧村役場住民課 0267-96-2211
30	コアラの広場	南牧村	中央公民館	9月11日		南牧村役場住民課 0267-96-2211	対象：未就園児をもつ母親 内容：保健師、助産師、管理栄養士による子育てに関する悩みの相談、親同士の交流	南牧村役場住民課 0267-96-2211

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
31	2歳児相談	南牧村	中央公民館	9月18日 9:00~12:00		南牧村役場住民課 0267-96-2211	対象：2歳児の幼児とその母親 内容：身体計測、保健師、歯科衛生士、臨床心理士、管理栄養士による身体の成長・発達、食事、歯に関する講話、個別相談、おやつを試食	南牧村役場住民課 0267-96-2211
32	M's Cooking	南牧村	中央公民館	9月26日 18:00~20:30		南牧村役場住民課 0267-96-2211	対象：南牧村に住んでいる20~40歳の男女 内容：管理栄養士による月1回、年12回の料理教室	南牧村役場住民課 0267-96-2211
33	普及啓発	南相木村		9月		南相木村多機能多世代交流センター 0267-78-1050	対象：村民 内容：健康だより9月号に健康増進に関する記事を掲載	南相木村多機能多世代交流センター 0267-78-1050
34	普及啓発	南相木村	南相木村多機能多世代交流センター	9月		南相木村 住民課 0267-78-1050	月間啓発用ポスターの掲示	南相木村 住民課 0267-78-1050
35	運動ルーム	南相木村	南相木村多機能多世代交流センター	9月		南相木村 住民課 0267-78-1050	対象：村民 内容：運動ルームの利用促進	南相木村 住民課 0267-78-1050
36	健康体操	北相木村	老人福祉センター「にしまる荘」	9月9日(月) 13:30~15:00		北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111	対象：高齢者で希望する方。健康運動指導士を講師に招き、運動や体操を行うことで健康を維持する。	北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
37	リハビリ教室	北相木村	老人福祉センター「にしまる荘」	毎週水曜 14:00～15:30		北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111	対象：高齢者で希望する方。保健師による健康チェック、運動や体操を行うことで健康を維持する。	北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111
38	子育て・発達相談	北相木村	北相木保育園	9月4日(水) 9:00～11:00		北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111	子育て中の悩みや気になることを、専門相談員による聞き取りと助言を行う。	北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2112
39	おひさまひろば ランチ会	北相木村	北相木村中央公民館	9月3日(火) 9:00～11:00		北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111	管理栄養士による、調理の実践を行いながら、子育て中の悩みなどを気軽に話し合える空間を提供する。	北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111
40	おひさまひろば ゆったりヨガ	北相木村	北相木村中央公民館	9月20日(金) 9:00～11:00		北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111	子育て中の親を対象に、ヨガ指導員による、ヨガを実践することで気分をリフレッシュできる場所を提供する。	北相木村役場 住民福祉課 0267-77-2111
41	ホームページでの啓発	軽井沢町保健福祉課	-	通年 終日	<a href="https://www.town.karui-zawa.lg.jp/">https://www.town.karui-zawa.lg.jp/</a>	軽井沢町保健福祉課健康推進係	対象：町民 内容：各種健（検）診の案内、健康に関する相談の案内、節塩についてなど	軽井沢町保健福祉課健康推進係 0267-45-8549

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
42	マタニティスクール	軽井沢町保健福祉課	保健センター	9月11日、20日、26日 13時30分～15時30分		軽井沢町保健福祉課健康推進係	対象：町内に住所を有する妊婦とそのパートナー 内容：妊娠中・出産後の健康について保健師、歯科衛生士、管理栄養士、理学療法士、助産師による指導を3回1コースで実施	軽井沢町保健福祉課健康推進係 0267-45-8549
43	乳幼児相談	軽井沢町保健福祉課	保健センター	9月6日、25日 9時～12時		軽井沢町保健福祉課健康推進係	対象：就学前までの乳幼児とその保護者、妊婦 内容：乳幼児、妊産婦の健康や食事について保健師、管理栄養士による個別相談の実施	軽井沢町保健福祉課健康推進係 0267-45-8549
44	ノルディックウォーキング教室(中・上級コース)	軽井沢町保健補導員会	風越公園	9月5日 9時30分～11時30分		軽井沢町保健補導員会事務局(保健福祉課健康推進係)	対象：医師などに運動を制限されていない町民 内容：ポールを使用したストレッチ、ノルディックウォーキング	軽井沢町保健補導員会事務局(保健福祉課健康推進係) 0267-45-8549
45	地区ロコモ予防教室	御代田町保健福祉課健康推進係	町内全地区(17地区)	6～3月 10:00～13:30		御代田町保健福祉課健康推進係0267-32-2554	対象：地区住民 内容：専門家による体操・ポールウォーキング、栄養指導、健康づくり講演会、健康相談	御代田町保健福祉課健康推進係0267-32-2554
46	栄養教育	御代田町保健福祉課健康推進係	庁舎・保健センター	通年		御代田町保健福祉課健康推進係0267-32-2554	食品摂取量についての模型・サンプル展示	御代田町保健福祉課健康推進係0267-32-2554

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
47	健康づくりの集い	御代田町保健福祉課 健康推進係	エコールみよた	10月20日 午後		御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554	対象:一般住民 内容:健康づくりに関す る講演会	御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554
48	働きざかりの健康実 践セミナー	御代田町保健福祉課 健康推進係	エコールみよた	7月 1~2月 19時~21時		御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2555	対象:30~65歳の一般 住民、特定保健指導対 象者 内容:運動を中心とした 生活習慣改善セミナー	御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554
49	定例/随時 健康相談 (身体・心の相談)	御代田町保健福祉課 健康推進係	庁舎・保健センター	通年(定例は 月1回) 随時:8時30 分から17時 :15分 定例:10時30 分から11時 :30分		御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554	対象:一般住民 内容:身体・心の健康相 談	御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554
50	普及啓発展示	御代田町保健福祉課 健康推進係	庁舎・保健センター	通年		御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554	信州ACE(エース)プロ ジェクト(健康づくり県民 運動)関連の資料、 ポスターの掲示	御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554
51	栄養教育	御代田町保健福祉課 健康推進係	庁舎・保健センター	通年		御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554	食品摂取量についての 模型・サンプル展示	御代田町保健福祉課健 康推進係0267-32-2554

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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	ウォーキング教室	立科町地域包括支援センター	町内	9月9日 9月17日		立科町地域包括支援センター 0267-88-8418	対象：65歳以上町民 内容：ウォーキングの基本を学び実践する	立科町地域包括支援センター 0267-88-8418
53	あたまの体操	同上	立科町老人福祉センター	9月25日		立科町地域包括支援センター 0267-88-8418	対象：65歳以上町民 内容：閉じこもり予防、認知症予防のための脳トレ、レクレーション	立科町地域包括支援センター 0267-88-8418
54	赤ちゃん相談室	立科町町民課環境保健係	老人福祉センター	9月16日		立科町地域包括支援センター 0267-88-8418	対象：乳幼児と保護者 内容：育児相談、栄養相談、母乳相談	立科町地域包括支援センター 0267-88-8418
55	食育サロンにじいろキッチン	立科町町民課環境保健係	老人福祉センター	9月19日		立科町地域包括支援センター 0267-88-8418	対象：乳幼児と保護者 内容：栄養相談、食育指導	立科町地域包括支援センター 0267-88-8418
56	大人の食育講座	立科町町民課環境保健係	老人福祉センター	9月14日		立科町地域包括支援センター 0267-88-8418	対象：保健委員 内容：生活習慣病予防のための調理実習	立科町地域包括支援センター 0267-88-8418
57	ちびっこ広場における手作りおやつを紹介	立科町食生活改善推進協議会	老人福祉センター	9月27日		立科町地域包括支援センター 0267-88-8418	対象：未就園児と保護者 内容：手作りおやつを紹介	立科町地域包括支援センター 0267-88-8418

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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	啓発活動	立科町町民課環境保健係		9月中		立科町地域包括支援センター 0267-88-8418	対象：町民全般 内容：広報紙への掲載 ポスターの掲示	立科町地域包括支援センター 0267-88-8418
59	ロビー展示	長野県上田保健福祉事務所	長野県上田合同庁舎ロビー	9/18日(水)~9/25日(水)	8時30分から 17時15分	連絡先に同じ	対象：来場者 内容：健康ブース出展。信州ACEプロジェクトの広報活動	上保健福祉事務所健康づくり支援課(電話0268-25-7154)
60	庁内放送	長野県上田保健福祉事務所	長野県上田合同庁舎	9/18日(水)	10時30分	連絡先に同じ	対象：来場者 内容：信州ACEプロジェクトについて	上保健福祉事務所健康づくり支援課(電話0268-25-7154)
61	ライフステージ別課題に応じた生活習慣改善実践事業	長野県上田保健福祉事務所	長野県上田市中央公民館	9月4日(水)	10時00分から 12時30分	連絡先に同じ	対象：シニア大学受講者 内容：調理実習、交流会、個別アドバイス	上田保健福祉事務所健康づくり支援課(電話0268-25-7154)
62	食生活改善推進員研修会	長野県上田保健福祉事務所	長野県上田保健福祉事務所他	9月6日(金)	9時30分から 12時30分	連絡先に同じ	対象：食生活改善推進員 内容：若い世代の食生活について、調理実習	上田保健福祉事務所健康づくり支援課(電話0268-25-7154)
63	月間内の保健福祉事務所事業における普及啓発(信州ACEプロジェクトのPR)	長野県上田保健福祉事務所	長野県上田保健福祉事務所他	9月1日~9月30日	随時	連絡先に同じ	対象：事業参加者 内容：信州ACEプロジェクトの趣旨の普及	上田保健福祉事務所健康づくり支援課 電話 0268-25-7154

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
64	特定健診結果報告会	上田市(健康推進課)	ひとまちげんき・健康 プラザうえだ 上田創造館 塩田地域自治セン ター	9月中(8回) 午前 午後 日曜日		上田市健康推進課	対象：特定保健指導対 象者 内容：健診結果を返し ながら、保健指導を行 う	上田市健康推進課 0268-28-7124
65	ひとまちげんきクラブ ①脚腰元気教室)	上田市(健康推進課)	ひとまちげんき・健康 プラザうえだ	9月4日 9:30～11:00		上田市健康推進課	対象：市民 内容：自宅で行える全 身運動をおこなうこと で筋力の維持向上を目 指し、転倒を予防す る。	上田市健康推進課 0268-28-7123
66	ひとまちげんきクラブ ②チャレンジ運動デイ	上田市(健康推進課)	ひとまちげんき・健康 プラザうえだ	9月4日 9:00～11:30		上田市健康推進課	対象：市民 内容：運動ルームを開 放し、各種運動機器を 自由に利用し運動を体 験する。	上田市健康推進課 0268-28-7123
67	ひとまちげんきクラブ ③歩いて健康	上田市(健康推進課)	ひとまちげんき・健康 プラザうえだ	9月18日 9:30～11:00		上田市健康推進課	対象：市民 内容：健康プラザの ウォーキングコースを みんなで楽しく歩く。	上田市健康推進課 0268-28-7123
68	カラダ元気℃測定	上田市(健康推進課)	ひとまちげんき・健康 プラザうえだ	①9月3日 ②9月26日 ①13:30～ 15:30 ②19:00～ 20:30		上田市健康推進課	対象：上田市 内容：形態測定と体力 測定で自分の元気度を 確認し、自宅で行える 運動を紹介。	上田市健康推進課 0268-28-7123

## 令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

## 長野県

	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
69	プレママクッキング	上田市(健康推進課)	ひとまちげんき・健康 プラザうえだ	9月18,19日 10:00~12: 30		上田市健康推進課	対象：上田市在中の妊婦 内容：妊娠中の身体的変化を理解し、質、量ともにバランスのとれた食生活を実践できるよう支援する。	上田市健康推進課 0268-28-7124
70	食生活改善推進協議会研修	丸子地域食生活推進協議会(事務局丸子保健センター)	丸子保健センター	9月18日 午前		上田市健康推進課 丸子保健センター	対象：丸子地域食生活推進協議会 内容：生活習慣病予防学習会	上田市健康推進課 丸子保健センター 0268-42-1117
71	第2回丸子健康推進委員ブロック会	上田市(健康推進課)	丸子保健センター	9月24日 午後		上田市健康推進課 丸子保健センター	対象：丸子地域健康推進委員 内容：身体活動・運動について	上田市健康推進課 丸子保健センター 0268-42-1117
72	特定健診結果報告会	上田市(健康推進課)	丸子保健センター	9月(3回) 午前 午後 夜間		上田市健康推進課 丸子保健センター	対象：特定保健指導対象者 内容：健診結果を返しながら、保健指導を行う	上田市健康推進課 丸子保健センター 0268-42-1117
73	第2回武石健康推進委員ブロック会	上田市(健康推進課)	武石児童館	9月11日 午前		上田市健康推進課 武石健康センター	対象：武石地域健康推進委員 内容：身体活動・運動について	上田市健康推進課 武石健康センター 0268-85-2067

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
74	食生活改善推進協議会研修	真田地域食生活推進協議会(事務局真田保健センター)	真田保健センター	9月20日 午前		上田市健康推進課 真田保健センター	対象：真田地域食生活推進協議会 内容：生活習慣病予防学習会	上田市健康推進課 真田保健センター 0268-72-9007
75	特定健診結果報告会	上田市(健康推進課)	真田保健センター	9月(3回) 午前 午後		上田市健康推進課 真田保健センター	対象：特定保健指導対象者 内容：健診結果を返しながら、保健指導を行う	上田市健康推進課 真田保健センター 0268-72-9007
76	ウォーキング教室	東御市	①湯の丸高原 ②総合福祉センター ③総合福祉センター	9月7日(土) 9時～11時 9月10日(火) 10時～11時 9月27日(金) 10時～11時		連絡先に同じ	①市民、トレイルランニングコースのウォーキング②市民、ポールウォーキング③市民、インターバル速歩	東御市健康保健課 Tel.0268-64-8883
77	巨峰の王国祭りにおける健康ブースの出店	東御市	中央公園	9月21日(土) 9時～15時 22日(日)		連絡先に同じ	対象：来場者 内容：健康ブース出展 健康増進事業PR	東御市健康保健課 Tel.0268-64-8883
78	減塩で適カロリーの調理実習	とうみ食育市民ネットワーク	総合福祉センター	9月29日(日) 10～13時		連絡先に同じ	対象：市民 内容：調理実習を通して減塩と適量を学ぶ	東御市健康保健課 Tel.0268-64-8882

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
79	減塩普及啓発	長和町子ども・健康推進課健康づくり係	入大門センター 保健福祉総合センター	9月 2日(月) 9月 4日(水) 9月17日(火) 9月25日(水) 13時30分～16時		長和町子ども・健康推進課健康づくり係 電話 0268-68-3494	対象：特定健診対象者及び特定健診受診者(町民) 内容：結果報告会における減塩普及啓発(汁物塩分濃度測定、尿中Na測定、塩分チェックシート他)	長和町子ども・健康推進課健康づくり係 電話 0268-68-3494
80	健診時健康教育	長和町子ども・健康推進課健康づくり係	保健福祉総合センター	9月 3日(火) 9月10日(火) 9月12日(木) 9月17日(火) 9月24日(火) 9時30分～10時		長和町子ども・健康推進課健康づくり係 電話 0268-68-3495	特定健診時における町の健康課題、メタボリックシンドロームの周知及び健康な食と減塩の普及啓発	長和町子ども・健康推進課健康づくり係 電話 0268-68-3495
81	健康相談	青木村	老人福祉センター	9月13日 10:30～11:30		青木村役場 住民福祉課 Tel.0268-49-0111	血圧測定や健康に関する相談対応	青木村役場 住民福祉課 Tel.0268-49-0111
82	有線放送による啓発	青木村	村内全域	9/1～9/30まで適宜		青木村役場 住民福祉課 Tel.0268-49-0111	健康増進普及月間の周知と健診受診のすすめ	青木村役場 住民福祉課 Tel.0268-49-0111
83	普及啓発コーナー設置	諏訪保健福祉事務所	諏訪合同庁舎ロビー	9月2日～9月20日 終日		連絡先と同じ	対象：来庁者・庁内職員 内容：信州ACEプロジェクト、「減らそう塩分、増やそう野菜」等に関する展示等	長野県諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課予防衛生係 0266-57-2926

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
84	管内市町村行政栄養士研修会	諏訪保健福祉事務所	諏訪保健福祉事務所第3相談室、水産試験場諏訪支場	9月2日 9:30~15:00		連絡先と同じ	対象：管内行政栄養士 内容：協議「健康増進普及月間・食生活改善普及運動の実施状況について」他	長野県諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課予防衛生係 0266-57-2926
85	健康増進法一部改正の周知	岡谷労働基準監督署が主催する「諏訪地区産業安全大会」にて、諏訪保健福祉事務所が周知を行う	長野県男女共同参画センター	9月19日 13:30~		連絡先と同じ	対象：諏訪地域の事業所担当者 内容：周知「健康増進法の一部改正（受動喫煙防止対策の強化）について」	長野県諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課予防衛生係 0266-57-2926
86	健康増進・食生活改善に関するパネル展示	岡谷市健康推進課	市立岡谷図書館	9月中の2週間 午前10:00~午後7:00		岡谷市役所健康推進課 0266-23-4811	対象者：図書館を利用する市民 内容 ①健康増進・食生活改善に関するパネル展示 ②テーマブックコーナーの設置	岡谷市健康推進課 TEL 0266-23-4811
87	もっと野菜を食べよう！運動の推進	岡谷市健康推進課	・レシピ配布 健康推進課窓口、市内生産者直売所、各支所  ・農業祭(イルフプラザ平面駐車場)	9月1日~9月30日 (農業祭:9月1日) 随時 (農業祭:午前9:30~午後2:00)	<a href="https://www.city.okaya.lg.jp/soshiki/20/22765.html">https://www.city.okaya.lg.jp/soshiki/20/22765.html</a>	岡谷市役所健康推進課 0266-23-4811	対象者：市民全般 内容 野菜摂取量増加に向けた取り組み ①野菜レシピの配布 ②農業祭：栄養相談、野菜クイズ	岡谷市健康推進課 TEL 0266-23-4811

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
88	おいしく食べてヘルスアップ教室	岡谷市健康推進課	岡谷市保健センター	9月10日 午前9:30～ 9月26日 午後12:30		岡谷市役所健康推進課 0266-23-4811	対象者：市民全般 内容 健全な食生活を実践するための講義や調理実習 (食生活改善推進員の養成を兼ねる)	岡谷市健康推進課 TEL 0266-23-4811
89	ホームページ等を活用した周知啓発	岡谷市健康推進課	岡谷市健康推進課	9月1日～ 9月30日		岡谷市役所健康推進課 0266-23-4811	対象者：市民全般 内容 ①健康づくり、食生活改善に関する情報提供 ②スマートライフプロジェクト、信州ACEプロジェクトの周知	岡谷市健康推進課 TEL 0266-23-4811
90	岡谷市がん予防講演会	岡谷市健康推進課	カノラホール (小ホール)	9月21日 午後1:30～ 午後3:00		岡谷市役所健康推進課 0266-23-4811	対象者：市民全般 演題：「消化器がんを知る～予防、診断から治療まで～」 講師：岡谷市民病院市民病院長補佐兼研修センター長兼消化器外科部長 三輪史郎 氏	岡谷市健康推進課 TEL 0266-23-4811
91	健康づくりプロジェクト	諏訪市健康推進課	諏訪市保健センター	9月9日 9:30～12:00		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：市民全般 内容：食生活を通じた健康増進に関する講話 減塩でおいしい食事(調理実習)	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)
92	健康づくりプロジェクト	諏訪市健康推進課	諏訪市保健センター	9月30日 9:30～12:00		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：市民全般 内容：心の健康についての講話	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
93	特定保健指導結果説明会	諏訪市健康推進課	諏訪市保健センター	9月3日 午前 9月13日 10:00~11:30 9月20日 午後 13:30~15:00		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：市の特定健診受診者 内容：メタボリックシンドロームや生活習慣病予防の保健指導	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)
94	重症化予防指導	諏訪市健康推進課	諏訪市保健センター	9月5日 午前 9月11日 9:15~12:00 9月12日 午後 9月19日 13:15~16:00 9月26日		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：市の特定健診受診者 内容：生活習慣病予防および重症化予防のための保健指導と受診勧奨	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)
95	健康研究教室	諏訪市健康推進課	諏訪市カルチャーホーム	9月12日 13:15~15:30		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：食生活改善推進員 内容：生活習慣病予防、健康増進のための食事づくり(調理実習)	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)
96	離乳食教室(ごっくん)	諏訪市健康推進課	諏訪市保健センター	9月5日 13:30~15:00		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：5~6か月頃の乳児と保護者 内容：離乳食のすすめ方の講話、試食、相談	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)
97	離乳食教室(もぐもぐ)	諏訪市健康推進課	諏訪市保健センター	9月17日 13:30~15:00		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：7~9か月頃の乳児と保護者 内容：離乳食のすすめ方の講話、試食、相談	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)
98	すこやか子育て相談	諏訪市健康推進課	諏訪市保健センター またはなかよし広場	9月20日 10:00~11:30 9月26日		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象：乳児から就園前までの子供と保護者 内容：健康相談、栄養相談	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
99	広報を活用した周知啓発	諏訪市健康推進課		9月中		諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)	対象:市民全般 内容:健康づくりに関する情報提供、レシピ紹介	諏訪市健康推進課 0266-52-4141(内線591)
100	ごっくんもぐもぐ離乳食教室	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月3日 10:00~11:30	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	ごっくん教室:対象:4~6か月児の保護者 もぐもぐ教室:対象6~8か月児の保護者 内容:離乳食の進め方の講話、試食、個別相談	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105
101	血圧を学ぶ会	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月4日 10:00~12:00	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象:市内在住のI度以上の高血圧者 内容:高血圧についての疑問に答える 血圧の正しい測定方法 減塩食品の紹介	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105
102	ぱくぱく離乳食教室	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月5日 10:00~11:30	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象 11か月~1歳3か月児の保護者 内容:離乳食、幼児食の進め方や、歯の衛生の講話、手づかみ食のできる試食、個別相談	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105
103	パパママ講座	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月7日	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象:市内在住の出産を控えた夫婦 3回コースの3回目 保健師、助産師による育児体験、パパの妊婦体験	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0106

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
104	介護保険説明会での生活習慣病予防講話	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月11日 10:00~10:30	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象：65歳を迎える市内在住者 内容：健診の受診勧奨塩分を控える工夫や、主食・主菜・副菜を揃えて食べることについて	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105
105	若い世代への減塩PR	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月18日 8:45~11:30	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象：40歳未満の女性 内容：減塩食品の紹介、試食	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105
106	男性料理教室	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月25日 10:00~13:00	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象：市内在住の男性 内容：家庭でできる簡単料理の実習、バランスの良い食事の整え方について	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105
107	おいしく楽しく健康講座	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	9月30日 9:00~13:00	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象：20歳以上の市内在住者 内容：生活習慣病予防の為に、食事、運動、休養について学び5回コースの4回目。講話調理実習、運動実技	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105
108	ホームページ、行政チャンネル、庁内掲示板での啓発	茅野市健康づくり推進課		通年	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象：市民、市役所職員 内容：各種健診の案内、健康に関する相談の案内 健康に関する事業の紹介等	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0105

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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	健康づくりポイント事業	茅野市健康づくり推進課	茅野市健康管理センター	5月～3月	<a href="mailto:kenko@city.chino.lg.jp">kenko@city.chino.lg.jp</a>	茅野市健康づくり推進課	対象：20歳以上の市民 内容：特定健診、がん検診等を受けたり、各種講座やイベントに参加して、抽選で60名に商品を差し上げる	茅野市健康管理センター TEL(0266)82-0107
110	健康・カラダくらぶ	下諏訪町健康福祉課保健予防係(保健センター)	下諏訪町保健センター	9/17		下諏訪町健康福祉課保健予防係(保健センター) TEL0266-27-8384	対象：70歳までの成人 内容：栄養・食生活の学習及び身体を使ってリフレッシュ	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) TEL：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp
111	みずべフィットネス(第2期全6回のうち2回)	下諏訪町健康福祉課保健予防係(保健センター)	諏訪湖畔の健康スポーツゾーン	9/4 9/11		下諏訪町健康福祉課保健予防係(保健センター) TEL0266-27-8384	対象：運動を始めたい方・体力強化に励みたい方、5kmほどの距離を歩くことができる方 内容：健康スポーツゾーン15基の健康器具を使った運動	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) TEL：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp
112	ノルディックウォーキング教室(9月コース全4回)	下諏訪町健康福祉課保健予防係(保健センター)	諏訪湖畔の健康スポーツゾーン	9/6 9/13 9/20 9/27		下諏訪町健康福祉課保健予防係(保健センター) TEL0266-27-8384	対象：ノルディックウォーキングが初めての方、愛好者の方 内容：諏訪湖畔でノルディックウォーキング	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) TEL：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
113	インターバル速歩講座 (全6回のうち1回)	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	下諏訪町保健センターまたはあすなろ公園	9/2 9:30~11:30		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) TEL0266-27-8384	対象：74歳までの方 内容：インターバル速歩、筋トレ、ストレッチ	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) TEL:0266-27-8384 e-mail: hoken@town.shimosuwa.lg.jp
114	ゆたん歩 <sup>o</sup> の日	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	高浜健康温泉センター ゆたん歩 <sup>o</sup>	9/30 9:30~12:00		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) TEL0266-27-8384	対象：ゆたん歩 <sup>o</sup> 利用者 内容：健康相談・健康ミニ講座(運動指導)	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) TEL:0266-27-8384 e-mail: hoken@town.shimosuwa.lg.jp
115	アクアツール・エクササイズ	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	高浜健康温泉センター ゆたん歩 <sup>o</sup>	9/4 9/11 9/18 9/25 14:00~15:00		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) TEL0266-27-8384	対象：ゆたん歩 <sup>o</sup> 利用者 内容：水中で使用できる道具(ツール)を使い、水中運動で筋力アップするとともに、バランス機能向上や歩行の強化を目指す	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) TEL:0266-27-8384 e-mail: hoken@town.shimosuwa.lg.jp
116	ゆたん歩 <sup>o</sup> 健康学級	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	高浜健康温泉センター ゆたん歩 <sup>o</sup>	9/5 9/12 9/19 9/26 10:00~11:30		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) TEL0266-27-8384	対象：ゆたん歩 <sup>o</sup> 利用者 内容：フロア運動と水中運動を組み合わせた健康づくりの教室(フロアでは、自重トレーニングで筋力向上を図る)	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) TEL:0266-27-8384 e-mail: hoken@town.shimosuwa.lg.jp

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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	
117	らくらく・水中歩行教室	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	高浜健康温泉センター ゆたん歩 <sup>o</sup>	9/5 9/12 9/19 9/26	14:00~15:00		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) Tel.0266-27-8384	対象：ゆたん歩 <sup>o</sup> 利用者 内容：基本歩行を中心に簡単な動きを取り入れた水中運動を実施	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) Tel：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp
118	今からはじめる 水中筋力アップ講座	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	高浜健康温泉センター ゆたん歩 <sup>o</sup>	9/2 9/9 9/30	10:30~11:30		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) Tel.0266-27-8384	対象：ゆたん歩 <sup>o</sup> 利用者 内容：男性限定の教室。筋肉が落ちたと感じている男性向けの水中運動を実施	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) Tel：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp
119	おやこアクア部	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	高浜健康温泉センター ゆたん歩 <sup>o</sup>	9/6 9/13 9/20	10:30~11:30		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) Tel.0266-27-8384	対象：1歳~3歳児親子 内容：親子でコミュニケーションをはかり、お母さんの活動量を確認する運動を実施	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) Tel：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp
120	血管いきいき塾	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	下諏訪町保健センター	9/3	19:00~20:30		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) Tel.0266-27-8384	対象：特定健診受診者 内容：高血圧の予防、改善に関する講話、体組成計測、健康相談	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) Tel：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
121	離乳食教室 もぐもぐ学習会	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	下諏訪町保健センター	9/26 10:00~11:00		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) Tel.0266-27-8384	対象：7～8か月児親子 内容：離乳食の進め方の学習と赤ちゃんに離乳食を食べさせてみる実習	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) Tel：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp
122	しもすわ健康フェスタ2019	下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター)	下諏訪町保健センター	9/23 14:00~16:00		下諏訪町健康福祉課 保健予防係 (保健センター) Tel.0266-27-8384	対象：全町民 内容：見て・知って・体験する健康づくりを楽しむイベント。信州ACEプロジェクト@しもすわとして開催。多くの関係団体の賛同協力を得て実施。	下諏訪町 担当課：健康福祉課(保健予防係) Tel：0266-27-8384 e-mail： hoken@town.shimosuwa.lg.jp
123	地区運動教室	富士見町保健補導員 会連合会	富士見町立境小学校 体育館	9月3日 19:00~21:00		富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134	対象：地域住民 内容：笑顔で行うラジオ体操とウォーキング	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134
124	地区運動教室	富士見町保健補導員 会連合会	富士見町立旧落合小 学校体育館	9月6日 19:00~21:00		富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134	対象：地域住民 内容：笑顔で行うラジオ体操とウォーキング	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134
125	地区運動教室	富士見町保健補導員 会連合会	富士見町御射山神戸 公民館	9月13日 19:00~21:00		富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134	対象：地域住民 内容：リラックス気功	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
126	地区運動教室	富士見町保健補導員 会連合会	富士見町瀬沢公民館	9月19日 19:00~21:00		富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134	対象：地域住民 内容：リラックス気功	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134
127	地区運動教室	富士見町保健補導員 会連合会	富士見町松目公民館	9月20日 19:00~21:00		富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134	対象：地域住民 内容：リラックス気功	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134
128	離乳食教室	富士見町	富士見町保健セン ター	9月6日 10:00~11:30		富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134	対象：7~9ヵ月児と保 護者 内容：離乳食の話、離 乳食づくりデモンスト レーション、試食	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134
129	はつらつ健康づくり教 室	富士見町	富士見町保健セン ター	9月27日 (9~1月 6 回コース)	9:00~12:00	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134	対象：20~70歳の町民 内容：運動講座、栄養 講座、歯科講座等	富士見町 住民福祉課保健予防係 Tel.0266-62-9134
130	健康スタイルアップ教 室	原村 保健福祉課 健康づくり係	原村保健センター「そ よかぜ」	9月26日 (期間9月~ 2月まで月2 回程)	13:30~15: 00	原村役場 保健福祉課 健康づくり係 (0266- 75-0228)	対象：国保被保険者で 生活習慣予防に取り組 みたい方 家の中で簡単にできる 運動を通して、運動週 間の定着と生活習慣病 予防を目指す	原村役場 保健福祉課 健康づくり係 (0266- 75-0228)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
131	タグフィットネス 栄養講座	原村保健福祉課 医療給付係	原村保健センター「そよかぜ」	9月11日 13:00~14:00 (期間:6月~3月まで)		原村役場 保健福祉課 医療給付係 (0266-75-7926)	対象: 村内在住者 (30歳~70歳) 活動量計を用いて、1人1人のデータを基に、健康運動指導士・管理栄養士が個人にあった指導を行います。その動機付けとなる講座です。	原村役場 保健福祉課 医療給付係 (0266-75-7926)
132	有線放送 健康増進普及月間の周知	原村 保健福祉課 健康づくり係	村内	9月1日~9月30日		原村役場 保健福祉課 健康づくり係 (0266-75-0228)	対象: 村内在住者 健康増進普及月間の周知	原村役場 保健福祉課 健康づくり係 (0266-75-0228)
133	普及啓発展示	原村 保健福祉課 健康づくり係	原村保健センター「そよかぜ」	9月1日~9月30日		原村役場 保健福祉課 健康づくり係 (0266-75-0228)	対象: 村内在住者 原村保健センター 掲示板とフードモデルを使って1日の野菜摂取量を示しながら健康増進月間の周知	原村役場 保健福祉課 健康づくり係 (0266-75-0228)
134	ポスターによる広報	伊那保健福祉事務所	伊那保健福祉事務所内	9月中		長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel0265-76-6836	対象: 一般住民 内容: ポスターの掲示	長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel0265-76-6836
135	普及啓発コーナーの設置	伊那保健福祉事務所	長野県伊那合同庁舎 2階ホール	9月9日~9月20日		長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel0265-76-6836	対象: 一般住民 内容: 食事バランス、1日にとりたい野菜量の展示及び掲示等	長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel0265-76-6836
136	健康づくりに関する情報の配信(メール)	伊那保健福祉事務所		9月中		長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel0265-76-6836	対象: 管内県職員 内容: 健康づくりに関する情報をメールにて配信	長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel0265-76-6836

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
137	食改理事会での普及啓発	伊那保健福祉事務所	伊那保健福祉事務所内	9月上旬			長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel.0265-76-6836	対象：食改理事 内容：健康づくりに関する情報提供	長野県伊那保健福祉事務所健康づくり支援課 Tel.0265-76-6836
138	健康相談	伊那市健康推進課	伊那市保健センター各総合支所(2か所) 各支所(6か所) 伊那市役所	9月3日 9月10日 9月17日 9月24日 市役所は平日	午前9:00～11:30  市役所8:30～17:00		伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336	対象：市民全般 内容：健康相談	伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336
139	すこやか健康塾	伊那市健康推進課	伊那市民体育館	9月7日	9:00～11:30		伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336	対象：市民で概ね40～74歳までに事前申込者 内容：専門講師によりインターバル速歩の指導等	伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336
140	特定健診等結果説明会	伊那市健康推進課	各地区公民館等	9月中			伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336	対象：市の集団地区健診やはつらつ健診の受診者 内容：個々の健診結果に応じた栄養指導・生活習慣病予防・重症化予防の保健指導	伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336
141	休日無料歯科健診・相談	伊那市健康推進課	伊那市保健センター	9月29日	午前8:00～11:00		伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336	対象：伊那市民 内容：歯科健診と歯科相談(無料)	伊那市健康推進課保健係 Tel.0265-78-4111 (内線)2333～2336

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
142	脳いきいき教室 健康講話	伊那市福祉相談課	各地区公民館等	9月中	午前の部 9:30~11:30 午後の部 13:30~15:30		伊那市福祉相談課 Tel0265-78-4111 (内線)2361	対象：65歳以上市民 内容：歯科衛生士による口腔機能向上についての講話、管理栄養士による食と健康の講話	伊那市福祉相談課 Tel0265-78-4111 (内線)2361
143	い〜な元気応援セミナー	伊那市福祉相談課	伊那市保健センター	9月18日	午後1:30~ 15:30		伊那市福祉相談課 Tel0265-78-4111 (内線)2361	対象：65歳になる該当月の方 内容：介護保険制度の説明、保健師等による生活習慣病予防やロコモ・フレイル予防について	伊那市福祉相談課 Tel0265-78-4111 (内線)2361
144	健診結果説明会	駒ヶ根市	駒ヶ根市保健センター	9月中5日間			駒ヶ根市地域保健課 TEL0265-83-2111(代)	健診の結果、生活習慣改善を勧める人に対し、保健指導を行う	駒ヶ根市地域保健課 TEL0265-83-2111(代)
145	減塩・野菜たっぷりの調理実習、伝達講習会	駒ヶ根市食生活改善推進協議会	駒ヶ根市保健センター	9月19日	10時~13時		駒ヶ根市地域保健課 TEL0265-83-2111(代)	生活習慣病予防・健康増進に向けた食生活を地域に広めるため、食改を対象に伝達講習会を実施	駒ヶ根市地域保健課 TEL0265-83-2111(代)
146	減塩普及のための広報 facebook)	駒ヶ根市	駒ヶ根市	9月17日			駒ヶ根市地域保健課 TEL0265-83-2111(代)	facebookにより減塩についてを呼びかける	駒ヶ根市地域保健課 TEL0265-83-2111(代)
147	国保ウォーキング教室	辰野町国民健康保険	辰野町 ほたるドーム	9月26日	14:00~16:00		辰野町住民税務課 国保医療係 0266-41-1111(代)	辰野町国保加入者健康運動指導士による健康教室	辰野町住民税務課 TEL0266-41-1111 (内線2113)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
148	健康ポイント	辰野町国民健康保険	町内	4月～3月			辰野町住民税務課 国保医療係 0266-41-1111(代)	辰野町国保加入者 特定健診、がん検診を 受けてポイントをためる と町内で使える1000円分 の商品券がもらえる	辰野町住民税務課 TEL0266-41-1111 (内線2113)
149	離乳食教室	辰野町 保健福祉課保健係	辰野町町民会館	9月24日	10:00～12:00		辰野町 保健福祉課保健係 0266-41-1111(代)	7～8か月児とその保護 者 離乳食の調理と試食	辰野町 保健福祉課保健係 TEL0266-41-1111 (内線2128)
150	パパママ教室	辰野町 保健福祉課保健係	たつの町保健福祉セ ンター	通年			辰野町 保健福祉課保健係 0266-41-1111(代)	町内に住所を有する妊 婦・父親 妊娠中・出産後の健康に つ いて保健師、管理栄養 士、歯科衛生士による指 導を2回1コースで実施	辰野町 保健福祉課保健係 TEL0266-41-1111 (内線2132)
151	すくすく相談室	辰野町 保健福祉課保健係	たつの町保健福祉セ ンター	通年			辰野町 保健福祉課保健係 0266-41-1111(代)	0～18歳までの子どもと その保護者 子どもの健康や食事 について保健師、管理栄養 士、歯科衛生士による相 談の実施	辰野町 保健福祉課保健係 TEL0266-41-1111 (内線2132)
152	健康教室	辰野町 保健福祉課保健係	町内	通年			辰野町 保健福祉課保健係 0266-41-1111(代)	地域住民 ご当地体操、セルフケア のためのストレッチと筋ト レ、減塩の話と試食の実 施	辰野町 保健福祉課保健係 TEL0266-41-1111
153	健康増進月間啓発	箕輪町	箕輪町保健センター	9月			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線120)	ポスター掲示による、各 種健診、相談、教室来場 者への啓発	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
154	ピロリ菌検査	箕輪町	箕輪町役場他	8月～9月	8月15日16日 19日検体回収 9月に結果通知と訪問説明		箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線119)	対象：令和元年度成人式対象者（箕輪町住民） 内容：便中抗原検査でピロリ菌検査を実施 若年層とその家族に胃癌予防の意識啓発も兼ねる。	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線119)
155	みのわ健康アカデミー	箕輪町	箕輪町役場 げんきセンター 保健センター 他	通年			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)	対象：町内在住の40歳～74歳までの方 内容 ・1年間の健康教室 ・週1回の運動を軸に月1回の専門家による講演や保健師・栄養士による健康学習を行う	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)
156	みのわ健康アカデミーOB会	みのわ健康アカデミーOB会	箕輪町役場 町内各所 他	通年			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)	対象：町民全般 内容 みのわ健康アカデミー卒業生が中心となって、ウォーキングイベントの主催・共催、体力測定イベントや講演会の実施	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)
157	活動量計読を活用した健康づくり事業	箕輪町	箕輪町役場 げんきセンター げんきセンター南部 みのわ～れ(イオン内)	通年			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)	対象：町民全般 内容 ・活動量計の販売 ・販売した活動量計のデータの読み取りを行なえる機器を公共施設及び地域商店に設置 ・ウォーキング等の運動量を増やす事業	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
158	健康ポイント事業	箕輪町		通年			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)	・対象年齢20歳以上の町民 ・健診受診や健康づくりの活動(ウォーキングマップを利用したウォーキングや健康講座への参加)に対してポイントを付与し、ポイント達成者に景品を提供 ・健康づくりへの意識の向上を図る。	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)
159	プロから学べるトレーニングプログラム	箕輪町	げんきセンター	7月～ 毎週土曜日 午前			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)	現役世代の運動習慣の醸成を図るため、毎週土曜日午前中に、トレーナーによるパーソナルトレーニングを受講できるプログラムを提供。参加者はトレーナーのカウンセリングを受け、体力や目標に応じたトレーニングメニューを行う。	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線130)
160	広報みのわ「もみじチャンネル」	箕輪町		9月			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)	・健康増進計画における健康課題とその対応について啓発する	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)
161	大腸がん検診受診啓発	箕輪町		8月～12月			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)	・40歳以上の未受診者への啓発 ・啓発用トイレットペーパーの設置 ・新聞記事掲載	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
162	高齢者歯科保健事業	箕輪町	町内公民館	9月			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)	<いきいき塾> ・ 歯科衛生士による高齢者の口腔チェック並び実態把握とオーラルフレイル予防 ・ 歯科衛生士による個別口腔指導による健康レベルの維持向上 <地区への出前講座> ・ 健康な口腔と健康づくり	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)
163	まめくらゼミナール	箕輪町	町内公民館他	通年			箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)	・ 高齢者の血圧測定と健康相談、健康教育	箕輪町役場健康推進課 0265-79-3111(内線118)
164	健康相談日	飯島町	役場西庁舎保健センター	9月10日 9月24日	9時～11時30分		飯島町役場健康福祉課 保健医療係 0265-86-3111	対象者：住民 内容：来所者の健康相談	飯島町役場健康福祉課 0265-86-3111
165	プレママの会	飯島町	役場西庁舎保健センター	9月14日	9時30分～11時30分		飯島町役場健康福祉課 保健医療係 0265-86-3111	対象者：妊婦とその家族 内容：妊娠中のこころのケアについて(講話)	飯島町役場健康福祉課 0265-86-3111
166	ヘルススクリーニング 健康相談	飯島町	飯島町文化館	9月18日 9月19日	8時30分～16時30分		飯島町役場健康福祉課 保健医療係 0265-86-3111	対象：特定健診受診者 内容：個別健康相談	飯島町役場健康福祉課 0265-86-3111

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
167	地区・自治会健康教室	飯島町	各地区・自治会集会所(8か所)	9月1日・5日・18日・25日 (5か所)			飯島町役場健康福祉課 保健医療係 0265-86-3111	対象：地区・自治会住民 内容：健康づくりのための講話や実技	飯島町役場健康福祉課 0265-86-3111
168	離乳食教室	飯島町	役場西庁舎保健センター	9月11日	9時30分～11時30分		飯島町役場健康福祉課 保健医療係 0265-86-3111	対象：9～18か月の乳児とその親 内容：離乳食の講話と調理実習・試食	飯島町役場健康福祉課 0265-86-3111
169	いいじま健康塾	飯島町	健康スタジオやまなみ 七久保林業センター	9月4日・6日・11日・13日・18日・20日・25日・27日	10時00分～11時30分		飯島町役場健康福祉課 高齢者福祉係 0265-86-3111	対象者：健康について学びたい、運動が出来る方や健診結果要フォロー者	飯島町役場健康福祉課 0265-86-3111
170	特定健診・循環器健診 2次検査	南箕輪村	南箕輪村保健センター	9/7,9/9	8:00～14:30		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：特定健診・循環器健診受診者 内容：対象者の中で、村が設定した基準に当てはまる方に行う検査。詳しく検査することで、身体の状態の確認や重症化を予防する。	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105
171	健康相談	南箕輪村	南箕輪村保健センター	9/2、9/9、9/17、9/30	13:00～16:40		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：住民全般 内容：相談日に予約制で個別に対応する。健康診断後の結果説明及び生活習慣改善に向けての相談・指導。	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
172	てくてく教室	南箕輪村	大芝研修センター みんなの森セラピー ロード	9/3、9/17	9:30~11:30		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：教室に参加する 住民 内容：全10回のウォー キングを中心とした健 康教室。教室への参加 を通して、生活習慣病 やロコモ等の予防を行 う。	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105
173	森の交流施設 運動 講座	南箕輪村	大芝高原 森の交流施設 みんなの森セラピー ロード	週5日	13:00~16: 00		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：住民全般 内容：運動相談やレッ スン形式の指導、健診 後の生活習慣病予防に 向けた指導	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105
174	げんきあっぷクラブ	南箕輪村	各地区公民館	各地区2回 ずつ	10:00~11: 30または14: 00~15:30		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：65歳以上の方 内容：健康運動指導士 による運動指導、健康 講話、レクリエーショ ン	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105
175	ゆうゆうトレーニング	南箕輪村	南箕輪村社会福祉協 議会 松寿荘	9/2.9	10:00~12: 00		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：げんきあっぷク ラブの会場まで行かれ ない方 内容：健康運動指導士 による運動指導、健康 講話、レクリエーショ ン	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105
176	ゆったり水中教室	南箕輪村	ふれあいプラザ	9/4.11.18	10:10~11: 45		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：65歳以上の方 内容：健康運動指導士 による水中運動指導	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
177	制度説明会	南箕輪村	南箕輪村役場	9月25日	9:00~9:30		南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：各健康保険制度利用者 内容：認知症予防の講話	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105
178	すくすくはうす 栄養講座	南箕輪村	すくすくはうす	9月6日	10:30~12:00		南箕輪村役場子育て支援課 TEL0265-98-8310  南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105	対象：すくすくはうす利用者の親子 内容：おすすめの試食の紹介、提供と栄養講話、栄養相談	南箕輪村役場健康福祉課 TEL0265-72-2105  南箕輪村役場子育て支援課 TEL0265-98-8310
179	健康相談	中川村	中川村保健センター	随時			中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002	対象：村民全般 内容：健診後の健康相談  他	中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002
180	栄養相談	中川村	中川村保健センター	随時			中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002	対象：村民全般 内容：健診後の栄養相談  他	中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002
181	特定健診等後の二次健診	中川村	中川村保健センター	2019/9/11 AM8:30~			中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002	対象：健診の値が生活習慣病発症リスクの高い方  内容：糖負荷検査・頸部エコー・PWV・微量アルブミン・尿中蛋白、塩分量測定	中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002
182	村広報誌掲載	中川村	中川村保健センター	通年			中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002	対象：村民全般 内容：村広報誌「みんなの健康」に食事、栄養に関する記事の掲載 他	中川村役場保健福祉課 保健医療係 TEL 0265-88-3002

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
183	健康相談	宮田村福祉課	すこやか福祉センター	9月12日 9月26日			宮田村役場福祉課 0265-85-4128	健康に関する相談	宮田村役場福祉課 0265-85-4128
184	心の相談	宮田村福祉課	すこやか福祉センター	9月12日 9月26日			宮田村役場福祉課 0265-85-4128	精神的疾病や心の悩みに関する相談。予約された方	宮田村役場福祉課 0265-85-4128
185	つつじが丘健康教室	宮田村つつじが丘保健補導員会	つつじが丘地域高齢者支え合い拠点施設	9月21日			宮田村役場福祉課 0265-85-4128(事務局)	イス体操	宮田村役場福祉課 0265-85-4128
186	子宮頸がん検診	宮田村福祉課	すこやか福祉センター	9月17日 9月30日			宮田村役場福祉課 0265-85-4128	検診を希望し通知が届いている方	宮田村役場福祉課 0265-85-4128
187	胃・大腸がん検診	宮田村福祉課	すこやか福祉センター	9月19日 9月20日			宮田村役場福祉課 0265-85-4128	検診を希望し通知が届いている方	宮田村役場福祉課 0265-85-4128
188	普及啓発活動	飯田保健福祉事務所	飯田合同庁舎	9月1日～			飯田保健福祉事務所 健康づくり支援課 TEL 0265-53-0443	合同庁舎内での展示、ホームページ掲載、広報、各種講習会などで啓発	飯田保健福祉事務所 健康づくり支援課 TEL 0265-53-0443

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
189	普及啓発	飯田市保健課	地元紙、FM りんご庁舎	年間通じて		飯田市保健課 0265-22-4511内線5303	地元紙、FMラジオ 庁舎 オープンスペースでの広 報、啓発	飯田市保健課 0265-22-4511内線5303
190	こころの相談	飯田市保健課	飯田市保健センター	9月9日 ①13:30~ ②15:00~		内容について 飯田市保健課 0265-22-4511内線5306	精神保健福祉士による 個別相談(要予約)	内容について 飯田市保健課 0265-22-4511内線5306
191	保健補導員等連絡協 議会 飯伊支部研修 会	長野県保健補導員等 連絡協議会飯伊支部	飯田市文化会館	9月27日 13:30~		飯田市保健課 0265- 22-4511 内線5306	講演:落語「木久蔵流 笑うが一番」 対象:飯田市健康福祉 委員会等委員	飯田市保健課 0265- 22-4511 内線5306
192	命の大切さについて の プラネタリウム上映 番組名「LIFEいのち ~生まれることを再体 験」	飯田市保健課 飯田市美術博物館	飯田市美術博物館プ ラネタリウム	9月 10:00~ (一部の日程 で16:00~の 上映あり)		内容について 飯田市保健課 0265-22-4511内線5307 施設・上映時間について 飯田市美術博物館 0265-22-8118	平日:乳幼児学級参加 者 土日祭日:一般	内容について 飯田市保健課 0265-22-4511 施設・上映時間について 飯田市美術博物館 0265-22-8118
193	ストレッチ教室	川路地区健康福祉委 員会	川路公民館	9月3日		飯田市川路自治振興セ ンター0265-27-2001	対象:地区住民 内容:運動指導士によ るストレッチ運動	飯田市保健課0265-22- 4511(内線5307)
194	ロコモ予防教室	上郷地区健康福祉委 員会	上郷公民館	9月13日		飯田市上郷自治振興セ ンター0265-22-2540	対象:地区住民 内容:運動指導士によ る健康体操	飯田市保健課0265-22- 4511(内線5307)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
195	健脚大学	飯田市保健課	飯田市各地区公民館	年間通じて		飯田市保健課保健指導係 0265-22-4511(内線5307)	対象：おおむね75歳以上の方 内容：運動指導士による高齢者向けの運動による健康づくり	飯田市保健課0265-22-4511(内線5307)
196	パパママ教室	飯田市保健課	飯田市保健センター	9月29日	9:30~11:30	飯田市保健課保健指導係 0265-22-4511(内線5307)	対象：飯田市に住所のある妊婦さんとその家族 内容：赤ちゃん人形を使って沐浴等体験 助産師さんの話	飯田市保健課0265-22-4511(内線5307)
197	特定健診結果説明会	松川町役場 保健福祉課	各公民館	9月9~12日	13時~15時	0265-36-7034	総合健診の結果に対する保健指導	0265-36-7034
198	健康相談	高森町役場	高森町 福祉センター			高森町役場健康福祉課	特定健診受診会場及び結果説明会へ来た方に、食品展示と健康相談を行っています。	0265-35-9412
199	栄養指導	高森町役場	高森町 福祉センター			高森町役場健康福祉課	健診結果より生活習慣病予防の発症予防・重症化予防の視点で栄養指導を実施しています。	0265-35-9412

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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	
200	ふっとふっと教室	阿南町民生課	陸上ふっとふっと:町内4ヶ所 水中ふっとふっと:下條村B&Gプール	通年 毎月曜日:水中 毎水・金曜日:陸上	9:30-16:00	<a href="http://www.town.anan.nagano.jp/">http://www.town.anan.nagano.jp/</a>	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051	対象:町民全般 内容:足からの健康をモットーに、何歳からでも筋肉は育てられる体操を推進。2種類の参加形態がある陸上での運動、身体の負担の少ない水中での運動を実施。	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051
201	歩いて健康大会企画	阿南町民生課 阿南町健康推進委員 連絡協議会	阿南町富草地区	9月-10月	9:00-13:00	<a href="http://www.town.anan.nagano.jp/">http://www.town.anan.nagano.jp/</a>	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051	対象:町民全般 内容:足からの健康を目指し、毎日歩行の習慣付け推進のイベントとして、10/26の大会実施に向けて企画協議。	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051
202	生活習慣病健診	阿南町民生課	町内3ヶ所	9月19日20日 10月2日3日	8:00-15:00	<a href="http://www.town.anan.nagano.jp/">http://www.town.anan.nagano.jp/</a>	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051	対象:19~79歳町民 内容:若年層から後期高齢者層まで、ワンコイン(500円)で受診できる検診を、がん検診等も併せて実施。	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051
203	ふっとふっと体操	阿南町民生課	町内	通年		<a href="http://www.town.anan.nagano.jp/">http://www.town.anan.nagano.jp/</a>	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051	対象:全町民 内容:町オリジナル体操ソングと体操の振り付けの普及、広報活動を各行事に合わせて行う。	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
204	ふみこちゃんポイント制度	阿南町民生課	町内	通年	<a href="http://www.town.anan.nagano.jp/">http://www.town.anan.nagano.jp/</a>	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051	対象：全町民 内容：健康維持につながる町行事に参加した住民へポイントを付与し一定ポイント貯まると町内で使える商品券と交換する事業の実施	阿南町民生課健康支援係 Tel 0260-22-4051
205	わくわくキッチン	阿智村教育委員会 子育て支援室	阿智村保健センター	9月4日	9時～13時	阿智村教育委員会 子育て支援室 0265-45-1232	対象：未就園児とその保護者 内容：地域に伝わる郷土食や行事食、幼児向けの食事学習会。	阿智村教育委員会 子育て支援室 0265-45-1232
206	健診結果説明会	阿智村役場 民生課	各地区公民館、集会所等	9月9日～9月20日	9時30分～10時30分 または 13時～16時	阿智村役場 民生課 保健センター係 0265-45-1230	対象：8月に行った村の集団健診の受診者 内容：からだのしくみと健診結果についての説明、個人面談	阿智村役場 民生課 保健センター係 0265-45-1230
207	夏の脳トレ・体力維持教室	阿智村役場 民生課	阿智村保健センター	9月5日、12日、19日	14時～16時	阿智村包括支援センター 0265-45-1140	対象：どなたでも 内容：脳トレ、体力維持のための簡単な運動、体力測定会と結果説明	阿智村包括支援センター 0265-45-1140
208	ひよっこ学級	阿智村役場 民生課	阿智村保健センター	9月18日	9時30分～13時	阿智村役場 民生課 保健センター係 0265-45-1230	対象：生後5か月～11か月までの乳児とその保護者 内容：成長に合った離乳食を調理し、みんなで食べる経験をする	阿智村役場 民生課 保健センター係 0265-45-1230
209	歩行ケア教室	平谷村	平谷村社会福祉協議会	9月26日	10時～12時	0265-48-2211	高齢者 歩行診断と歩行ケアの個別指導 事業委託先：マイクロストーン株式会社	0265-48-2211

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
210	歩行ケア教室	平谷村	平谷小学校	9月25日 13時半～16時		0265-48-2211	小学生 歩行診断と歩行ケアの個別指導 事業委託先：マイクロストーン株式会社	0265-48-2211
211	歩行ケア教室	平谷村	平谷村保育所	9月25日 9時～11時半		0265-48-2211	保育園児 歩行診断と歩行ケアの個別指導 事業委託先：マイクロストーン株式会社	0265-48-2211
212	歩行ケア教室	平谷村	平谷村交流センター	9月26日 13時～15時		0265-48-2211	一般住民 歩行診断と歩行ケアの個別指導 事業委託先：マイクロストーン株式会社	0265-48-2211
213	発達相談会	平谷村	平谷村保健センター	9月13日 10時～12時		0265-48-2211	乳幼児と保護者に対し、療育相談センターの職員による個別相談	0265-48-2211
214	保健補導員飯伊支部研修会への参加	保健補導員飯伊支部	飯田文化会館	9月27日 13:30～15:00		保健補導員飯伊支部事務局:阿智村役場0265-1230	保健補導員飯伊支部講演・落語界への参加「木久蔵流 笑うが一番」林家木久蔵氏による健康講演会と落語	保健補導員飯伊支部事務局:阿智村役場0265-1230
215	健康相談	根羽村	役場 会議室	9/10、9/27 午後1時～3時		根羽村役場住民課 TEL0265-49-2111 FAX0265-49-2277	健診結果で糖尿病の疑いのある人の健康相談	根羽村役場住民課 TEL0265-49-2111 FAX0265-49-2277

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
216	広報無線でのPR	根羽村	役場 会議室	9月中 数回放送	朝昼夕の提 示放送		根羽村役場住民課 TEL0265-49-2111 FAX0265-49-2277	健康増進普及月間の実 施について広報無線で PR	根羽村役場住民課 TEL0265-49-2111 FAX0265-49-2277
217	ノルディックウォーキ ング教室	下條村	いきいきらんど下條	9月13日	9:30~11:00		0260-27-1231	<ノルディック>対 象：60歳以上及 び60 歳未満希望者 内容： 専用ポールを使用し歩 く こ効率良く運動を 行う <ウォーキング >：対象：60歳以上 及び60歳未満希望者 内容：気軽取り組み運 動習慣を 身ける	下條村役場福祉課 0260-27-1231
218	ストレッチ教室	下條村	いきいきらんど下條	9月9日	9:30~11:00		0260-27-1231	<ストレッチ体操>： 60歳以上及び 60歳未 満希望者 内容：全身 ストレッチ運	下條村役場福祉課 0260-27-1231
219	水中運動教室	下條村	いきいきらんど下條	毎週 月・水・土曜 日			0260-27-1231	対象：住民 内容：歩行浴教室・膝 痛予防教室・腰痛 予 防教室・シェイプアッ プアク ア・ア クアエ クササイズ3講座 水中 無理のない運動を行う	下條村役場福祉課 0260-27-1231
220	乳幼児学級 (料理教室)	売木村	文化交流センター ぶなの木	12月半ば			0260-28-2311	料理教室(クリスマス 会) 母子(未就園児)	売木村 0260-28-2311

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
221	健康運動教室 (延24回/年)	売木村教育委員会 及び住民課共催	文化交流センター ぶなの木	毎月第1月曜日 (1, 2月除く)		0260-28-2311	椅子に座ってのストレッチ体操	売木村 0260-28-2311
222	ウォーキング教室 ランニング教室	売木村教育委員会	村内道路	毎週木曜日 ・ウォーキング: 昼間(午後) ・ランニング: 夕方		0260-28-2311	ウォーキング ランニング	0260-28-2677
223	ポスター掲示	天龍村住民課	村内施設	9月1日~30日		天龍村住民課 Tel 0260-32-1021	対象: 村民 内容: 月間ポスター掲示	天龍村住民課 Tel 0260-32-1021
224	囲碁ボール交流会	泰阜村公民館	泰阜村体育館	9月15日	受付 午後1時 1時30分開始	泰阜村教育委員会 0260-262750	子どもから高齢者まで、 囲碁ボールゲームにて交流を行う。	長野県泰阜村教育委員会 生涯学習係0260-26-2750
225	ストレッチ体操教室	泰阜村役場	泰阜村保健福祉支援センター	9月25日	午前10時~12時	泰阜村役場住民福祉課 保険係 0260-26-2111	ストレッチ体操により 筋肉の凝りを和らげる	長野県泰阜村役場住民福祉課 保険係0260-26-2111
226	ヨガ教室	泰阜村役場	泰阜村保健福祉支援センター	9月29日	午前9時~12時	泰阜村役場住民福祉課 保険係 0260-26-2111	女性を中心としたヨガ 教室により心身のリフレッシュを図る	長野県泰阜村役場住民福祉課 保険係0260-26-2111

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
227	健康相談 (特定健診・基本健診)	喬木村	喬木村福祉センター	9月2日～5日、17、18日		喬木村保健福祉課健康推進係 0265-33-5125	対象：村民 内容：健康相談、栄養相談	喬木村保健福祉課健康推進係 0265-33-5125
228	ポスターによる広報	豊丘村	豊丘村役場	9月1日～30日		豊丘村役場 健康福祉課 0265-35-9061	ポスターの掲示	豊丘村役場 健康福祉課 0265-35-9061
229	広報紙による広報	豊丘村	豊丘村役場	9月		豊丘村役場 健康福祉課 0265-35-9061	村広報紙に生活習慣病予防に関する記事を掲載	豊丘村役場 健康福祉課 0265-35-9061
230	地区健康学習会	豊丘村	村内地区集会所等	9月1日、15日、25日、26日		豊丘村役場 健康福祉課 0265-35-9061	村内各地区の住民を対象に、生活習慣病予防等に関する学習会を実施	豊丘村役場 健康福祉課 0265-35-9061
231	ポスター掲示	大鹿村役場保健福祉課	大鹿村役場	9月1日～30日		大鹿村役場保健福祉課 0265-39-2001	厚生労働省配布の啓発用ポスター掲示	大鹿村役場保健福祉課 0265-39-2001
232	ヨガ教室	大鹿村役場保健福祉課	母子健康センター	9月30日		大鹿村役場保健福祉課 0265-39-2001	一般住民を対象にインストラクターによるヨガを実施	大鹿村役場保健福祉課 0265-39-2001

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
233	健康運動講座	大鹿村教育委員会	大鹿村交流センター	9月19日			大鹿村教育委員会 0265-39-2100	健康運動指導士による 運動講座	大鹿村役場保健福祉課 0265-39-2001 または 大鹿村教育委員会 0265-39-2100
234	木曾合同庁舎食堂における健康づくり応援弁当の提供	長野県木曾保健福祉事務所	長野県木曾合同庁舎食堂	9月19日	11:30~13:30		長野県木曾保健福祉事務所 健康づくり支援課 TEL 0264-25-2232	対象：住民全般 内容：「健康づくり応援弁当」の基準に沿ったレシピを作成。食堂の協力により提供。	長野県木曾保健福祉事務所 担当：健康づくり支援課 TEL 0264-25-2232
235	普及啓発コーナーの設置	長野県木曾保健福祉事務所	長野県木曾合同庁舎1階ロビー	9月2日~30日	終日		長野県木曾保健福祉事務所 健康づくり支援課 TEL 0264-25-2232	対象：住民全般 内容：健康増進普及月間及び食生活普及運動の周知	長野県木曾保健福祉事務所 担当：健康づくり支援課 TEL 0264-25-2232
236	広報きそまち「保健のひろば」	木曾町		9月10日発行			木曾町役場保健福祉課 保健係	対象：町民 内容：広報誌にて月間の周知啓発	0264-22-4035
237	ウォーキング講座	木曾町 (保健補導員)	赤沢自然休養林	9月25日	9:00~14:00		木曾町役場保健福祉課 保健係	対象：保健補導員 内容：赤沢自然休養林にてウォーキング（森林浴）を行う	0264-22-4035
238	広報紙へ掲載	上松町	全世帯	9月カレンダー			上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進センター内)	対象：住民全般 内容：健康増進普及月間及び食生活改善普及運動の周知	上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進センター内)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
239	親子で遊ぼう ①じゃが芋収穫祭あ (カレー作り) ②プチ保育園 サーキットと給食	上松町	①②とも 上松町健康増進セン ター	①9月4日 :10:00~13: ②9月25日 :00 10:00~ :13:00		上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進セン ター内)	①対象：H28、29年度 生まれの親子 内容：種芋植えから収 穫・試食までの一連の 工程を親子で体験する ②対象：H28年度生ま れの親子 内容：来年度保育園入 園児に保育園前の体 を使った遊びや保育園給 食を体験する	上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進セン ター内)
240	離乳食講習会	上松町	上松町健康増進セン ター	9月5日 :10:00~11: :30		上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進セン ター内)	対象：5か月から12 か月の乳児とその保護 者 内容：月齢や育ちに応 じた離乳食の支援	
241	幼児歯の教室	上松町	上松町健康増進セン ター	9月3日 :10:00~11: :30		上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進セン ター内)	対象：2.6歳、3.6歳の 幼児とその保護者 内容：歯の染出し、ブ ラッシングの仕方、食 事について	上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進セン ター内)
242	寺子屋食堂	上松町	上松町公民館	9月20日 :15:00~19: :00		上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進セン ター内)	対象：18歳以下の子 どものいる家庭 内容：子どもの見守 り、地域の生きがい作 りの場	
243	健康教室 「地域で元気に暮らす 塾」	上松町	上松町健康増進セン ター	9月9日、30 :10:00~13: :00		上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進セン ター内)	対象者：一般住民 内容：ウォーキングと バランス食や病態別メ ニューの試食会	

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
244	健康相談	上松町	上松町健康増進センター	9月30日 13:00~16:00		上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進センター内)	対象：一般住民 内容：健康に関する相談	
245	あげまつ体操放映	上松町	木曽広域TV	毎日 7:30、11:30、19:30		上松町住民福祉課 TEL0264-52-2825 (上松町健康増進センター内)	対象：一般住民 内容：体操を覚え健康づくりに役立てる為に実施	
246	「健診受けようキャンペーン」	南木曽町住民課	町内各所	9月	広報誌・音声告知端末	南木曽町役場住民課 0264-57-2001	対象：住民全般・クーポン対象者 内容：各種検診、肝炎ウィルス検診、特定健診の受診勧奨、保健指導の実施	南木曽町役場住民課健康しあわせ係
247	離乳食講習会	南木曽町住民課	南木曽会館	9月24日 10:00~11:30	対象者へ通知	南木曽町役場住民課 0264-57-2001	対象：5~6ヶ月児と保護者	南木曽町役場住民課健康しあわせ係
248	ポスター掲示	南木曽町住民課	南木曽町役場	9月1日~30日		南木曽町役場住民課 0264-57-2001	対象：住民全般 内容：健康増進普及月間及び食生活改善普及運動の周知	南木曽町役場住民課健康しあわせ係
249	ポスター掲示	木祖村役場 住民福祉課	保健センター	9月2日~30日 終日	無し	木祖村役場 住民福祉課 Tel 0264-36-2001	対象：住民全般 内容：健康増進普及月間及び食生活普及運動の周知	木祖村役場住民福祉課 保健係 Tel 0264-36-2001 E-mail hoken@kisomura.com

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
250	親子はみがキッズ教室	木祖村役場 住民福祉課 子育て支援センター 「みやのもり」	老人福祉センター	9月4日 9:30~11:30	無し	木祖村役場 住民福祉課 Tel 0264-36-2001	対象：2歳6ヶ月～3歳 児と保護者 内容：口腔チェックや 正しいブラッシングに ついて。咀嚼を促すお やつを試食など	木祖村役場住民福祉課 保健係Tel 0264-36-2001 E-mail hoken@kisomura.com
251	料理講習会	木祖村公民館わら原 分館	11区光沢交流セン ター	9月8日 9:30~13:00	無し	木祖村公民館 Tel 0264-36-3348	対象：住民全般 内容：健康増進のため の調理実習	木祖村役場住民福祉課 保健係Tel 0264-36-2001 E-mail hoken@kisomura.com
252	ノルディックウォーキ ング教室	木祖村役場 住民福祉課	保健センター	9月17日 13:30~15: 00	無し	木祖村役場 住民福祉課 Tel 0264-36-2001	対象：住民全般 内容：ウォーキング ポールを使ったウォー キングと木祖村体操の 実践。効果的な歩き方 や姿勢について	木祖村役場住民福祉課 保健係Tel 0264-36-2001 E-mail hoken@kisomura.com
253	インターバル速歩教 室	木祖村役場 住民福祉課	保健センター	9月25日 13:30~15: 00 17:00 ~20:30	無し	木祖村役場 住民福祉課 Tel 0264-36-2001	対象：住民全般 内容：インターバル速 歩と筋力トレーニング 。ストレッチなど	木祖村役場住民福祉課 保健係Tel 0264-36-2001 E-mail hoken@kisomura.com
254	ふれあいクッキング	木祖村役場 住民福祉課 木祖村社会福祉協議 会	菅公民館	9月27日 10:00~13: 00	無し	木祖村役場 住民福祉課 Tel 0264-36-2001	対象：住民全般 内容：フレイル予防の ための調理実習	木祖村役場住民福祉課 保健係Tel 0264-36-2001 E-mail hoken@kisomura.com

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
255	木祖村体操の普及	木祖村役場 住民福祉課 木祖村自治協議会	村内集会所等	9月15日 10:00~15: 9月16日 00位	無し	木祖村役場 住民福祉課 Tel 0264-36-2001	対象：敬老会参加者 内容：木祖村オリジナル体操「笑顔あふれたい！そう」の実践	木祖村役場住民福祉課 保健係Tel 0264-36-2001 E-mail hoken@kisomura.com
256	福祉健康のつどい	王滝村社会福祉協議会 王滝村役場福祉健康課	王滝村保健福祉センター	9月8日 日中	<a href="http://gov.kiso.n.e.jp/index.aspx?gov=otaki">http://gov.kiso.n.e.jp/index.aspx?gov=otaki</a>	王滝村役場福祉健康課 0264-48-3160	①対象：住民全般 ②内容：健康づくりコーナー：健康に関する情報の活用方法について普及啓発、「食」のコーナー：試食等	王滝村役場福祉健康課 0264-48-3160
257	定期健康相談	王滝村役場福祉健康課	王滝村保健福祉センター	9月 10時~11時 30分	<a href="http://gov.kiso.n.e.jp/index.aspx?gov=otaki">http://gov.kiso.n.e.jp/index.aspx?gov=otaki</a>	王滝村役場福祉健康課 0264-48-3160	①対象：住民全般 ②内容：講話、個別相談、血圧測定、検尿、体重測定	王滝村役場福祉健康課 0264-48-3160
258	まめ習慣講座 料理教室 (上在地区カフェ)	社会福祉協議会	上在地区公民館	9月17日 10時45分~ 13時30分	なし	大桑村社会福祉協議会 0264-55-3755	減塩食の料理教室 夏野菜を使って減塩食を作ろう	大桑村保健センター 0264-55-4003
259	まめ習慣講座 運動教室 (東海学園大学共催事業)	大桑村	大桑村村民体育館	9月20日 10時30分~ 12時00分	なし	大桑村保健センター 0264-55-4003	バランス運動教室 まめにできる運動の実践について	大桑村保健センター 0264-55-4003
260	パネル展示	松本保健福祉事務所	松本合同庁舎1F玄関ロビー	9/9~9/13		松本保健福祉事務所 健康づくり支援課 0263-40-1938	対象：住民全般 内容：ポスター掲示、健康づくりリーフレット配布、パネル展示	松本保健福祉事務所 健康づくり支援課 0263-40-1938

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
261	健康増進普及月間及び食生活改善普及運動の周知	松本市健康づくり課	・市役所及び市内4カ所の保健センター ・イオンモール松本 ・Mウイング		<a href="http://www.city.matsumoto.nagano.jp/kenko/kenko/dukuri/oshirase/happy.html">http://www.city.matsumoto.nagano.jp/kenko/kenko/dukuri/oshirase/happy.html</a>	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)	・ポスター掲示 ・健康フェスティバル(食改:野菜をとろう・みそ汁試飲(減塩)) ・学都松本フォーラム(具だくさんみそ汁コンテスト・みそ汁試食・食育体験) ・広報、HPへの掲載	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)
262	食生活改善推進員養成教室	松本市健康づくり課	①南部保健センター ②西部保健センター	①9月5日 ②9月10日		松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)	地域で食のボランティアとして活動する食生活改善推進員を養成する教室 全7回講座	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)
263	健康づくり全般に関する情報提供	松本市健康づくり課	市内35地区 4保健センター	9月中		松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)	地区活動等における保健師等による周知、啓発 ・認知症予防 ・生活習慣病予防 ・受動喫煙防止 ・食生活改善 ・歯科・口腔衛生 ・運動機能維持向上 等	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217
264	まちかど健康相談	松本市健康づくり課	イオンモール松本	9月29日 午前10時～ 午後3時		松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)	松本市健康フェスティバルにて、大腸がんクイズラリー 一般市民対象	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217
265	ウォーキング講座	松本市健康づくり課	(1)総合体育館 (2)庄内体育館	(1)9月18日 13:30～ (2)9月24日 15:30		松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)	対象:体づくりサポーター 内容:ウォーキングのためのストレッチと歩き方講習	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
266	松本山雅FCホームゲームでの健康増進事業PR	松本市健康づくり課	サンプロアルウィン	9月28日もしくは9月29日		松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)	松本山雅FCホームゲームにて受動喫煙防止PR・大腸がんクイズラリー開催・市民歩こう運動開催	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217
267	エリア別研修会	松本市健康づくり課 松本市健康づくり推進員連合会	松本市松南地区公民館	9月6日(金) 13時30分～15時15分		松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217(直通)	松本市健康づくり計画の推進組織として位置づけられている「健康づくり推進員」自らの資質向上を図る研修エリア別に計4回実施	松本市健康づくり課 Tel.0263-34-3217
268	きらめきヘルシー教室④	塩尻市	塩尻総合文化センター	9月6日 9:30～13:00		塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)	対象：一般市民 内容：高血糖予防の食生活について講話と調理実習(全8回コース)	塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)
269	きらめきヘルシー教室⑤	塩尻市	塩尻総合文化センター	9月25日 9:30～11:00		塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)	対象：一般市民 内容：生活習慣病予防のための室内体操について講話と実技(全8回コース)	塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)
270	地区栄養教室	塩尻市	①塩尻市北部交流センター(えんてらす) ②塩尻総合文化センター	①9月20日 10:00～11:00 ②9月27日		塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)	対象：一般市民 内容：高血圧予防のための食生活について講話と調理実習	塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
271	健康セミナー④うんどう講座	塩尻市ヘルスアップ委員会	白樺リゾート池の平ホテル&リゾート	9月7日 10:00～ 12:00		塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)	対象：塩尻市ヘルスアップ委員 内容：効果的なウォーキング（講義及び実技）	塩尻市健康づくり課保健予防係 Tel.0263-52-0858(直通)
272	安曇野市図書館フェスタ	安曇野市国保年金課	穂高交流学习センター「みらい」	9月7日～8日 9:00～16:00		安曇野市保健医療部国保年金課 電話：0263-71-2473	対象：全市民 内容：健康チェックコーナー（血流サラサラ度チェック、歩行年齢測定、骨密度測定、貧血測定、メディカルアナライザー、ステップングカウンター、足裏バランス測定、脳活動測定器）歯科健康相談（9/7 13:00～のみ）あづみの健康体操DVD放映	安曇野市役所健康推進課健康支援担当 電話：0263-81-0714
273	健康づくり推進員地区活動	安曇野市健康推進課	地区公民館	9月9日 9月11日 9月12日 9月13日 9月24日 9月26日 9月29日		安曇野市健康推進課 電話：0263-81-0711	対象：地域住民 内容：健康体操、食生活改善についての講話、歯と口の健康についての講話など	安曇野市役所健康推進課健康支援担当 電話：0263-81-0714

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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	
274	高血糖予防体操教室	安曇野市健康推進課	穂高健康支援センター	9月9日 (通年開催 月1回実施)	10:00~11:30		安曇野市健康推進課 電話:0263-81-0726	対象: H31年度健診受診者の中で特定保健指導対象者であり、HbA1c6.5~8.0%以下でメタボ該当者 内容: 健康体操、健康講話、トレーニング記録表に基づいた個別相談	安曇野市役所健康推進課健康支援担当 電話:0263-81-0714
275	食生活改善推進協議会・食改理事会 ・会員伝達学習会	安曇野市健康推進課	穂高健康支援センター 5地域の保健センター	9月2日 9月中			安曇野市健康推進課 電話:0263-81-0711	対象: 食改会員、 内容: 健康増進についての講話、健康メニューの調理実習	安曇野市役所健康推進課健康支援担当 電話:0263-81-0714
276	食生活改善推進協議会 ・地区伝達講習会	安曇野市健康推進課	明科地区公民館	9月26日			安曇野市健康推進課 電話:0263-81-0711	対象: 地域住民 内容: 食改会員による健康増進についての講話、健康メニューの調理実習	安曇野市役所健康推進課健康支援担当 電話:0263-81-0714
277	食生活改善推進協議会 ・キッズパーク	安曇野市健康推進課	高家児童館	9月24日			安曇野市健康推進課 電話:0263-81-0713	対象: 2歳児の親子 内容: 児童館からの要請で調理実習の補助、間食メニューの提案による幼児期の間食の重要性について	安曇野市役所健康推進課健康支援担当 電話:0263-81-0714
278	キラリ☆アクア健康教室	筑北村	村内体育館	9/13、9/27	9:30~11:30		住民福祉課保健福祉係 0263-66-2111	対象: 村民 内容: 生活習慣病予防及び健康増進にかかる運動教室	住民福祉課保健福祉係 0263-66-2111

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
279	健康づくり推進員学習会	筑北村	本庁舎及び地区公民館	9/25、9/26 13:30～15:30		住民福祉課保健福祉係 0263-66-2111	対象：健康づくり推進員 内容：生活習慣病予防の学習会（糖尿病）	住民福祉課保健福祉係 0263-66-2111
280	ロコトレ教室	筑北村	本庁多目的ホール	9/5、9/19 13:30～15:00		住民福祉課保健福祉係 0263-66-2111	対象：住民 内容：ロコモティブシンドローム予防のための体操教室	住民福祉課保健福祉係 0263-66-2111
281	どんぐりくらぶ	筑北村	子育て支援センター	9/20 10:20～11:30		住民福祉課子育て支援係 0263-66-2975	対象：住民 内容：子供からの生活習慣病予防（野菜が食べられる子どもを育てよう）	住民福祉課保健福祉係 0263-66-2111
282	特定健診・若者健診	麻績村	保健センター	9月6日 8:45～15:00		住民課	対象：40歳以上国保被保険者、20～39歳住民	麻績村保健センター 電話0263-67-4856
283	結核肺がん検診	麻績村	保健センター及び村内会場7か所	9月6日、9月10日 9:00～11:30、13:15～14:40 9月6日は午前のみ		住民課	対象：40歳以上住民 内容：胸部レントゲン 関節撮影	同上

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
284	子宮がん検診	麻績村	保健センター	9月11日 13:10~13:45受付		住民課	対象：20歳以上女性住民 内容：子宮頸がん検診	同上
285	2歳児健康相談	麻績村筑北村共催	保健センター	9月18日 9:15~9:30受付		住民課	対象：2歳を迎えられたお子さんで通知の届いてる方	同上
286	健康相談	麻績村	保健センター	9月17日 9:00~11:00		住民課	対象：住民	同上
287	赤ちゃん相談	麻績村	麻績村交流センター	9月18日 10:00~10:15受付		住民課	対象：1歳未満のお子さん 内容：離乳食について	同上
288	健康・栄養相談	山形村	山形村保健福祉センター	9月24~27日 8:30~16:30		山形村保健福祉課 TEL:0263-97-2100	対象：集団健診受診者 内容：保健師による健康相談と、管理栄養士による栄養相談	長野県山形村保健福祉課 TEL:0263-97-2100 Email: hoken@vill.nagano-yamagata.lg.jp
289	膝腰元気教室	山形村	山形村保健福祉センター	9月2日、9日 (全6回コース) 13:30~15:00		山形村保健福祉課 TEL:0263-97-2100	対象：65歳以上の方、介護予防に関心のある方 内容：介護予防教室	長野県山形村保健福祉課 TEL:0263-97-2100 Email: hoken@vill.nagano-yamagata.lg.jp

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
290	体験！山形村健康体操	山形村	山形村保健福祉センター	9月3日(通年)13:30~14:開催/月1~2:30 回程度実施)		山形村保健福祉課 TEL:0263-97-2100	対象：65歳以上の方、 介護予防に関心のある 方 内容：村で作成 した介護予防のための 体操を実践	長野県山形村保健福祉 課 TEL:0263-97-2100 Email: hoken@vill.nagano- yamagata.lg.jp
291	いくさか歩こう部	生坂村健康福祉課	村内ウォーキング コース等	9月4日(水)9:00~11:00 9月11日(水) 9月18日(水)		生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500	対象：村民全般 内容：歩き方を大切に して、村内のウォーキ ングコースを個々に あったペースで歩く。 それに加え、松本大学 田邊ゼミや松本山雅と 健康づくりをする。自 由参加。	生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500
292	健診結果返却会	生坂村健康福祉課	生坂村健康管理セン ター	9月下旬 9:00~15:00		生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500	対象：健診受診者 内容：健診結果の数値 の見方、助言等	生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500
293	こころの相談会	生坂村健康福祉課	生坂村健康管理セン ター	9月25日(水)15:00~		生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500	対象：村民のうち希望 する者 内容：精神科医師によ る相談対応	生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500
294	健康応援隊	生坂村健康福祉課	古坂公民館 昭津木材ふれあい体 験館	9月12日(木)9:50~11:30 9月19日(木)		生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500	対象：各地区村民 内容：管理栄養士によ る講話、調理実習	生坂村役場健康福祉課 (健康管理センター) ☎0263-69-3500

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
295	回覧板	朝日村	村内	9月中		朝日村役場 住民福祉課 健康づくり担当 0263-99-2540	健診の案内・健康づくりに関する情報提供等を回覧板で周知	朝日村役場 住民福祉課 健康づくり担当 0263-99-2540
296	健康出前講座	朝日村	村内	9月10日(火):11:00~ 9月12日(木):13:30~		朝日村役場 住民福祉課 健康づくり担当 0263-99-2540	健診の案内・健康づくりに関する情報提供	朝日村役場 住民福祉課 健康づくり担当 0263-99-2540
297	パネル展示、「減塩・野菜たっぷり」媒体展示	大町保健福祉事務所	大町合同庁舎 ホール	9月17日~ 27日		大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526	信州ACEプロジェクトパネル展示、「減塩・野菜たっぷり」媒体展示	大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526
298	有線放送	大町保健福祉事務所	大町市			大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526	健康増進普及月間について、信州ACEプロジェクトについて	大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526
299	大北地域職域保健連絡会議	大町保健福祉事務所	大町保健福祉事務所	9月17日		大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526	対象：はつらつ健康推進会議構成員、管内事業所の経営者及び健康管理担当者等 内容：大北地域の働き盛り世代の健康づくりについて事例発表、情報提供	大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
300	受動喫煙防止対策・禁煙支援研修会	大町保健福祉事務所	大町保健福祉事務所	9月17日		大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526	対象：市町村職員、はつらつ健康推進会議構成員、管内事業所の経営者及び健康管理担当者等 内容：受動喫煙防止対策の実際と禁煙支援に関する講演	大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526
301	はつらつヘルスマイト講座	大町保健福祉事務所	大町保健福祉事務所	9月24日		大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526	対象：食生活改善推進員 内容：生涯はつらつと過ごすための食事と運動について講話・実習	大町保健福祉事務所健康づくり支援課 0261-23-6526
302	月間ポスターの掲示	大町市中央保健センター	大町市中央保健センター 各公民館施設等	9月1日～30日		大町市中央保健センター	対象：市民全般 内容：各施設に月間ポスターを掲示する	大町市中央保健センター TEL 0261-23-4400
303	有線放送	大町市中央保健センター	市内全体			大町市中央保健センター	対象：市民全般 内容：生活習慣病予防についての放送	大町市中央保健センター TEL 0261-23-4400
304	受動喫煙防止グッズ展示	大町市中央保健センター	大町市役所 市立大町総合病院等	6月7日～10月12日		大町市中央保健センター	対象：市民全般 内容：受動喫煙防止グッズ・ポスター等を展示	大町市中央保健センター TEL 0261-23-4400
305	ウォーキング教室	大町市中央保健センター	大町市総合体育館	10月27日～2月2日		大町市中央保健センター	対象：概ね40～69歳の市民 内容：体力測定、歩行動揺計、ウォーキング他	大町市中央保健センター TEL 0261-23-4400

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
306	ヤング健診	池田町	保健センター	9月2日、3日 7:30~10:00	<a href="http://www.ikedamachi.net/">http://www.ikedamachi.net/</a>	健康増進係	対象：20~39歳の住民	健康増進係 0261-61-5000
307	特定健康診査	池田町	保健センター	9月2日、3日 7:30~10:00	<a href="http://www.ikedamachi.net/">http://www.ikedamachi.net/</a>	健康増進係	対象：40~74歳の国民健康保険加入者	健康増進係 0261-61-5000
308	バランス食学習会	池田町	保健センター	9月19日 10:00~12:30		健康増進係	対象：国民健康保険加入者	健康増進係 0261-61-5000
309	ポスター掲示		公官庁	月間中			厚労省からのポスター掲示	健康増進係 0261-61-5000
310	健康増進普及月間広報	松川村	保健センター	8月下旬から9月末まで		松川村保健センター Tel.0261-62-3290	保健センター内ポスター・リーフレット掲示	松川村保健センター Tel.0261-62-3290
311	ウォーキング基礎教室	松川村	すずの音ホール	9月4日 13:30~		松川村保健センター Tel.0261-62-3290	対象：村民（概ね60歳以下） 内容：健康増進のための運動に関する専門家による実習（ウォーキング）	松川村保健センター Tel.0261-62-3290

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
312	ステップ台運動とやさしい筋トレ	松川村	保健センター	9月10日 13:00～		松川村保健センター Tel.0261-62-3290	対象：村民（概ね60歳以下） 内容：健康増進のための運動に関する専門家による実習（ステップ台運動・筋トレ）	松川村保健センター Tel.0261-62-3290
313	やさしいヨガ	松川村	保健センター	9月20日 19:00～		保健センター	対象：村民（概ね60歳以下） 内容：健康増進のための運動に関する専門家による実習（ヨガ）	松川村保健センター Tel.0261-62-3290
314	ポールウォーキング	松川村	すずの音ホール	9月25日 13:30～		保健センター	対象：村民（概ね60歳以下） 内容：健康増進のための運動に関する専門家による実習（ポールウォーキング）	松川村保健センター Tel.0261-62-3290
315	スポーツジムの見学ツアー	松川村	D-FLAG(村内民間施設)	9月		保健センター	対象：村民（概ね60歳以下） 内容：健康増進のための運動に関するお話しとスポーツジムの紹介	松川村保健センター Tel.0261-62-3290
316	村民運動会	白馬村	スノーハーブ	9月1日 9:00～12:00		0261-85-0738 教育委員会 スポーツ課	地区対抗運動会	

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
317	保健補導員活動	白馬村	ウイング21	9月13日 午後		0261-85-0713 健康福祉課	認知症予防	
318	一般介護予防事業 「わさびの会」	NPO法人ごごみ	各地区の公民館及び、ケアハウスいわかがみ	週5日で各地区を巡回		小谷村地域包括支援センター	65歳以上の高齢者を対象とし、各地区を巡回し、月に1回介護予防活動に参加できる機会を作る。閉じこもりや心身機能の低下防止など、総合的介護予防事業として開催。	0261-82-3135
319	一般介護予防事業 「歌ごえ健茶会」	社会福祉協議会	サンティンおたり(ホール)	9/4、9/11、9/18、9/25		小谷村地域包括支援センター	65歳以上の高齢者を対象に歌を歌うことにより、口腔機能の向上と肺炎予防、また閉じこもり予防として開催。	0261-82-3135
320	一般介護予防事業 「ずく出せ会」	社会福祉協議会	福祉センターせせらぎ	月2回		小谷村地域包括支援センター	高齢者全般を対象に介護予防教室を開催。	0261-82-3135
321	おたり活き活きプロジェクト	いわかがみ	ケーブルテレビ	随時		小谷村地域包括支援センター	テレビを見ながら実践できる「ながら体操」を取り入れた「いきいきプロジェクト」	0261-71-6611

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
322	こころの悩み相談	小谷村役場住民福祉課福祉係	保健センター	9/11、9/25		小谷村役場住民福祉課福祉係	こころに悩みや病気を抱えた人及びその家族等に対し、電話や面談により相談に応じる (面談は要事前予約)	0261-82-2582
323	からころケアほっとカフェ	小谷村役場住民福祉課福祉係	小谷村役場住民福祉課福祉係	9/10、9/24		小谷村役場住民福祉課福祉係	精神障害者を対象としたデイケア。傾聴、軽運動、リラクゼーション、ピアカウンセリング等。	0261-82-2582
324	まめまめ知識	小谷村役場住民福祉課福祉係	小谷村役場住民福祉課福祉係	毎月村で発行される広報誌に掲載。		小谷村役場住民福祉課福祉係	村の計画「まっめてえおたり21」の内容を順に掲載。	0261-82-2582
325	おたり食の会	小谷村役場住民福祉課福祉係	小谷村役場住民福祉課福祉係	中旬辺り		小谷村役場住民福祉課福祉係	村内の食の会会員を対象として健康増進のための料理教室や運動を行う	0261-82-2582
326	おひさま教室	小谷村公民館	小谷村公民館	9月17日		小谷村公民館	未就園児を対象として、手作りおやつ提案、提供を行う。	0261-82-2587

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
327	スポーツ教室 ・身体にやさしい水中運動 ・水泳 ・ホットヨガ ・ノルディックウォーキング ・ストレッチヨガ ・バドミントン ・遠足ウォーキング ・サイクリング ・筋力アップ ・登山	小谷村公民館	ウェルネスクラブ小谷、小谷中学校等	毎週		小谷村公民館	村民の健康増進のため幅広い年齢の方を対象にスポーツ教室を開催する。	0261-82-2587
328	食育についての有線放送、CATV放送	小谷村役場住民福祉課福祉係	村内	毎月19日		小谷村役場住民福祉課福祉係	食育の大切さを伝える内容を有線放送、CATVで流す。	0261-82-2582
329	健康料理レシピを全戸配布	小谷村役場住民福祉課福祉係	村内全戸	9月20日		小谷村役場住民福祉課福祉係	おたし食の会で作った健康料理レシピを各戸配布し家庭での参考にしよう。	0261-82-2582
330	乳・幼児健診	小谷村役場住民福祉課福祉係	保健センター	9/4、9/30		小谷村役場住民福祉課福祉係	健診に来られた乳幼児に栄養指導、手作りおやつを提供する。	0261-82-2582
331	健康づくりパネル展示	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	9月4日～14日		長野保健福祉事務所健康づく支援課	パネル展示	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
332	健康づくりパネル展示	長野保健福祉事務所	長野合同庁舎	9月20日～9月30日		長野保健福祉事務所 健康づく支援課	パネル展示	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045
333	食生活改善推進員ステップアップ研修会	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	9月6日	9:30～13:00	長野保健福祉事務所 健康づく支援課	食生活改善推進員を対象とした研修会	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045
334	長野地域食育推進会議	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	10月7日		長野保健福祉事務所 健康づく支援課	地域の食育関係者が集まりを食育を推進するための方策を検討する	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045
335	ライフステージ別課題に応じた生活習慣改善実践講座	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	7月～2月	全6回	長野保健福祉事務所 健康づく支援課	フレイル予防のための健康づくり、食生活について	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045
336	長野地域管理栄養士・栄養士研修会	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	9月13日		長野保健福祉事務所 健康づく支援課	地域の管理栄養士を対象とした糖尿病重症化予防の栄養指導のための研修会	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045
337	健康づくり・食育フォーラム	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	R2. 1月下旬		長野保健福祉事務所 健康づく支援課	地域の食育、健康づくりを推進させるため、講演会、事例発表、試食等によるフォーラムの開催	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
338	専門栄養相談	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	通年 予約制			長野保健福祉事務所 健康づく支援課	住民の栄養相談	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045
339	健康づくり、食に関わる出前講座	長野保健福祉事務所	長野保健福祉事務所	通年 予約制			長野保健福祉事務所 健康づく支援課	県民、企業、地域団体等からの要望に基づく出前講座	長野市中御所岡田98-1 026-225-9045
340	もぐもぐ離乳食講座	須坂市健康づくり課	須坂市保健センター	9月24日	受付13:00～ 14:30		須坂市健康づくり課	対象：生後5～6か月頃の保護者 内容：離乳食の進め方についての講話、試食、個別相談	須坂市健康づくり課母子支援係 026-248-9023(保健センター直通)
341	かみかみ離乳食講座	須坂市健康づくり課	須坂市保健センター	9月5日	受付13:00～ 14:30		須坂市健康づくり課	対象：生後8～9か月頃の保護者 内容：離乳食の進め方についての講話、試食、個別相談	須坂市健康づくり課母子支援係 026-248-9023(保健センター直通)
342	食ですこやか親子でクッキング	須坂市健康づくり課 須坂市内小学校	須坂市立小山小学校	9月3・4日			須坂市健康づくり課	対象：市内小学3年生と保護者 内容：食育教室 朝食の大切さ、食事を作る力、選ぶ力、食への感謝の気持ちを学び、家庭での食卓づくりを目的に実施。	須坂市健康づくり課母子支援係 026-248-9023(保健センター直通)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
343	須坂エクササイズ体操ユニット練習	須坂市健康づくり課	須坂市保健センター	9月30日 14:00~15:30		須坂市健康づくり課	対象：体操ユニットのメンバと市民 内容：須坂エクササイズの練習	須坂市健康づくり課健康支援係 026-248-9023(保健センター直通)
344	働きざかりのいきいきセミナー(栄養)	働きざかりの健康づくり研究会	須坂市保健センター	9月13日 18:30~20:30		働きざかりの健康づくり研究会(事務局:須坂市健康づくり課)	対象：須坂市内の企業・事業所に勤務する方 内容：健康セミナー4回目働きざかり世代の栄養バランスについて講義・体験	須坂市健康づくり課健康支援係 026-248-9023(保健センター直通)
345	食生活改善推進協議会伝達講習会	須坂市食生活改善推進協議会	須坂市中央公民館	9月10日 13:00~15:30		須坂市健康づくり課	対象：須坂市食生活改善推進協議会会員 内容：大口知子先生をお招きしての料理講習会	須坂市健康づくり課健康支援係 026-248-9023(保健センター直通)
346	信州須坂健康スミージーフェス	信州須坂健康スミージー推進協議会	須坂市内 (スミージー取扱い店21店舗)	9月7日~11月10日	『須坂スミージー』で検索	信州須坂健康スミージー推進協議会(事務局:須坂市健康づくり課)	対象：どなたでも 内容：須坂市内のスミージー取扱い店や9月7日から毎週、ミニイベントでスタンプを集め、2ポイントで景品プレゼント	須坂市健康づくり課保健予防係 026-248-9018
347	ヘルシークッキング	千曲市食生活改善推進協議会	保健センター	9月20日		千曲市健康推進課保健事業推進係 ☎:026-273-1111	対象：市民 内容：バランスの良い食事を考えるための食生活改善講習会	千曲市健康推進課保健事業推進係 ☎:026-273-1111
348	たまご教室	千曲市健康推進課母子保健係	保健センター	9月24日		千曲市健康推進課母子保健係 ☎:026-273-1111	対象：妊婦 内容：妊婦中の歯と栄養の話	千曲市健康推進課母子保健係 ☎:026-273-1111

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
349	介護保険説明会	千曲市 高齢福祉課介護保険係	更埴文化会館 戸倉創造館	9月5日・6日		千曲市 高齢福祉課介護保険係 ☎:026-273-1111	対象：65歳到達者 内容：介護保険制度説明。特定健診受診勧奨。尿検査	千曲市 高齢福祉課介護保険係 ☎:026-273-1111
350	特定健診結果相談会	千曲市 健康推進課保健事業推進係	保健センター	9月12日・13日 19日・20日・30日		千曲市 健康推進課保健事業推進係 ☎:026-273-1111	対象：特定健診受診者 内容：個々の健診結果に応じた保健指導	千曲市 健康推進課保健事業推進係 ☎:026-273-1111
351	ストレッチ&ウォーキング教室	坂城町保健センター	坂城町保健センター	9月2日、9日、30日	19:00~20:00	坂城町保健センター Tel.0268-75-6230	対象：町住民全般 内容：健康づくりとして、ストレッチやウォーキングで体力維持や筋力アップの実践	坂城町保健センター Tel.0268-75-6230 Email:hoken@town.sakaki.nagano.jp
352	乳幼児健診(4ヵ月、7ヵ月、10ヵ月、2才、3才)	坂城町保健センター	坂城町保健センター	9/3、6、19、25、26	3、25、26日：9:00~ 6、19日：1:00~	坂城町保健センター Tel.0268-75-6230	対象：乳幼児健康相談、健康診査対象者 内容：身長体重測定、乳幼児の発達に合った離乳食・食事の展示、試食、相談等	坂城町保健センター Tel.0268-75-6230 Email:hoken@town.sakaki.nagano.jp
353	すこやか相談	坂城町保健センター	坂城町保健センター	9月17日	9:00~12:00	坂城町保健センター Tel.0268-75-6230	対象：乳幼児健康相談、健康診査対象者 内容：身長体重測定、乳幼児の個々の発達に合った離乳食・食事の個別相談	坂城町保健センター Tel.0268-75-6230 Email:hoken@town.sakaki.nagano.jp

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
354	長野県保健福祉補導員会等連絡協議会長野支部 須高文官研修交流会	長野県保健補導員会等連絡協議会	高山村保健福祉総合センター(チャオルふれあいホール)	9月6日 9:30~13:00		事務局 高山村民生活課 保健予防係	対象：長野支部須高分会会員 内容：笑いヨガの講演、実技、交流会	高山村役場 高山村民生活課 保健予防係 Tel:026-242-1202
355	ウォーキング健康教室	小布施町	小布施町健康福祉センター	9月18日 13:30~15:00		小布施町健康福祉課健康係	対象：町民 内容：血圧測定、健康ウォーキングの実技指導	小布施町役場 担当課：健康福祉課健康係 Tel:026-214-9107
356	転倒予防教室	小布施町	小布施町健康福祉センター	9月6日 20日 13:30~15:00		小布施町地域包括支援センター	対象：町民 内容：血圧測定、健康ウォーキングの実技指導	小布施町 地域包括支援センター Tel:026-242-6680
357	脳のリフレッシュ教室	小布施町	小布施町健康福祉センターまたは各町公会堂	9月3日 10日 11日 13日 30日 10:00~12:30		小布施町地域包括支援センター	対象：町内の高齢者 内容：健康体操、ヨガ、マレットゴルフの実施、調理実習等	小布施町 地域包括支援センター Tel:026-242-6680
358	ダンスで脳元気教室	小布施町	健康福祉センター	9月10日 13:30~15:00		小布施町地域包括支援センター	対象：町民 内容：レクリエーションダンスの実施	小布施町 地域包括支援センター Tel:026-242-6680
359	ポスター、リーフレットによる広報	小布施町	町内関係施設	9月中		小布施町健康福祉課健康係	対象：町民 内容：健康増進普及月間に関するポスターの掲示等	小布施町役場 担当課：健康福祉課健康係 Tel:026-214-9107

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
360	乳幼児健康相談	小布施町	健康福祉センター	9月4日 9:30~11:30	<a href="http://www.town.obuse.nagano.jp">http://www.town.obuse.nagano.jp</a>	小布施町健康福祉課健康係 Tel:026-214-9107	対象:乳幼児と保護者 内容:乳幼児の発達、発育、栄養に関する健康相談	小布施町健康福祉課健康係 Tel:026-214-9107
361	子育て教室・げんきっこ塾	小布施町	健康福祉センター	9月11日 9:30~11:30	<a href="http://www.town.obuse.nagano.jp">http://www.town.obuse.nagano.jp</a>	小布施町健康福祉課健康係 Tel:026-214-9107	対象:2歳児と保護者 内容:2歳児の発育発達栄養等の学習と保護者の生活習慣病予防の学習	小布施町健康福祉課健康係 Tel:026-214-9107
362	千年樹の里まつり	千年樹の里まつり実行委員会	千年樹の里周辺一帯	9月29日 9:30~15:00		小布施町地域包括支援センター	対象:町民 内容:各種ボランティア団体による模擬店出店、発表等(未定)	小布施町地域包括支援センター Tel:026-242-6680
363	食育キャラバン隊	高山村村民生活課食生活改善推進協議会	たかやま保育園	9月6日(金) 10:00-13:00		高山村保健福祉センター-村民生活課保健予防係 ☎026-242-1202	対象:保育園児 内容:食育講座 カレー作り	高山村保健福祉総合センター-村民生活課保健予防係 ☎026-242-1202
364	チャオルDEウォーキング教室	高山村村民生活課	高山村保健福祉総合センター	9月20日(金) 9:00-11:30		高山村保健福祉センター-村民生活課保健予防係 ☎026-242-1202	対象:一般村民 内容:ウォーキングの実技及び健康・栄養講話	高山村保健福祉総合センター-村民生活課保健予防係 ☎026-242-1202
365	基本健診結果説明会	高山村村民生活課	高山村保健福祉総合センター	9月27日(金) 8:30-12:00 9月29日(日) 9月30日(月)		高山村保健福祉センター-村民生活課保健予防係 ☎026-242-1202	対象者:基本健診受診者 内容:保健指導	高山村保健福祉センター-村民生活課保健予防係 ☎026-242-1202

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
366	すこやか料理教室	信濃町住民福祉課	信濃町保健センター	9月12日 9時45分～13時30分		信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112	対象：町民 内容：栄養士による健康講話と生活習慣病予防のための調理実習	信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112
367	健康アップ教室	信濃町住民福祉課	地域交流施設 (古間支館)	通年 (前期:4～9月、後期:10～3月)	13時30分～15時30分	信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112	対象：町民（健診受診者） 内容：保健師や健康運動指導士等の専門家による講座や個別相談、運動を実施する教室	信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112
368	広報誌による啓発	信濃町住民福祉課	広報誌(世帯配布)	9月号		信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112	対象：全世帯 内容：食事で健康に	信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112
369	出前講座	信濃町住民福祉課	各地区	随時		信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112	対象：町民 内容：保健師、栄養士等による健康増進に関する健康講話	信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112
370	信濃町ACE健幸ポイント	信濃町住民福祉課		通年	<a href="https://www.town.shinano.lg.jp/docs/751399.html">https://www.town.shinano.lg.jp/docs/751399.html</a>	信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112	対象：町民20歳以上 内容：運動や健診受診、食生活改善に取り組むとポイントが貯まり、景品と交換できる	信濃町 住民福祉課保健予防係 026-255-3112
371	啓発用ポスターの掲示	飯綱町保健福祉課	町内公共施設			飯綱町保健福祉課 026-253-6841	対象：町民全般 厚生労働省より配布されるポスターを施設内に掲示	飯綱町保健福祉課 026-253-6841

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
372	広報への記事掲載	飯綱町保健福祉課		9月		飯綱町保健福祉課 026-253-6841	対象：町民全般 広報9月号に月間に関する記事を掲載	飯綱町保健福祉課 026-253-6841
373	定期健康相談	飯綱町保健福祉課	飯綱町健康管理センター	9月20日		飯綱町保健福祉課 026-253-6841	対象：町民 内容：保健師・栄養士による健康相談	飯綱町保健福祉課 026-253-6841
374	いきいき健康教室	飯綱町保健福祉課	飯綱町健康管理センター	9月～11月		飯綱町保健福祉課 026-253-6841	対象：20歳以上の町民 内容：活動量計及び体組成計を用いた測定、スロージョギング、調理実習など	飯綱町保健福祉課 026-253-6841
375	ずく会	小川村社会福祉協議会	いきいきプラザ	9月13日 9月20日		小川村社会福祉協議会 026-269-2255	対象：総合事業対象者 内容：体操、バスハイク、音楽療法	小川村大字高府8553 026-269-2255
376	健やか教室	小川村保健センター	びっくらんど小川	9月27日		小川村住民福祉課保健医療係 026-269-2104	対象：希望者 内容：こころの健康講話	小川村大字高府13450-1 026-269-2104
377	栄養士有線放送	小川村保健センター	村内	9月19日		小川村住民福祉課保健医療係	対象：村内全世帯 内容：適塩について	小川村大字高府13450-1 026-269-2104

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
378	村内広報誌	小川村保健センター	各世帯	9月中旬		小川村住民福祉課保健医療係 026-269-2104	対象：村内全世帯 内容：体重コントロールについて	小川村大字高府13450-1 026-269-2104
379	まめ会	各地域ごと	各地域ごと	9月 3.5.9.17.30日		小川村社会福祉協議会 026-269-2255	対象：希望者 内容：健康増進に関する映画会	小川村大字高府8553 026-269-2255
380	たまり場	たまり場	バスティ高府	9月中旬		小川村社会福祉協議会 026-269-2255	対象：希望者 内容：住民主体のボランティアグループに健康づくり	小川村大字高府8553 026-269-2255
381	ロビー展示	北信保健福祉事務所	飯山庁舎及び北信地域振興局	9月2日～30日	8時30分～17時15分	長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 (電話:0269-62-6311)	来庁者、健康増進に係る普及啓発に関するポスター等展示	長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 (電話:0269-62-6311)
382	「ひくシオ たすベジ 北信州」キャンペーンの実施	北信保健福祉事務所	北信地域の市町村、保育園、学校、福祉移設、関係団体等活動する場所	9月2日～30日		長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 (電話:0269-62-6311)	北信地域の関係機関・団体の関係者が一斉に、それぞれの活動の場において、減塩と野菜摂取量増加の取組を行い、北信地域の健康課題解決に向けて気運の醸成と具体的な実践促進を図る。	長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 (電話:0269-62-6311)

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
383	2019信州ねんりんピック・ブース参加「体組成測定・アドバイス」の実施	長野県北信保健福祉事務所	飯山市文化交流館	9月21日 10:30～15:00		長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 0269-62-6311	対象：ねんりんピック参加者 内容：メタボ予防・フレイル予防のための体組成チェックと栄養等のアドバイスの実施	長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 0269-62-6311
384	食生活改善推進員ステップアップ研修会の開催	長野県北信保健福祉事務所	長野県北信保健福祉事務所	9月26日 9:30～13:00		長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 0269-62-6311	対象：食生活改善推進員 内容：地域の健康・食育推進のための「おやこの料理教室等の進め方」についてのグループワークと調理実習	長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 0269-62-6311
385	健康まつり	中野市健康づくり課	JA中野市日野事業所 平岡小学校 中野市屋内運動場	9月1日 9月1日 9月7日 6時30分～		中野市健康づくり課	●対象：市民 ●内容： ・保健師による健康教育 ・健康運動指導士による運動や歩行姿勢等の講話と実技 ・ウォーキング ・血圧や体組成の測定等	中野市健康づくり課 0269-22-2111
386	店舗との食と健康に関する共同啓発	中野市健康づくり課	市内スーパーマーケット	9月10日、11日、12日 10時30分～11時30分		中野市健康づくり課	●対象：市民（買い物客） ●内容： 減塩味噌汁の試飲と健康教育 バランスの良い食事の啓発チラシ等の配布 ラミネート加工済みチラシを買い物かご内に設置	中野市健康づくり課 0269-22-2111

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
387	出張健康づくり隊	中野市健康づくり課	グループホーム青りんご 更科構造改善センター	9月4日 18時30分～ 9月15日 未定		中野市健康づくり課	4日：生活習慣病予防のための食事、運動についての講話 15日：フレイル予防についての講話	中野市健康づくり課 0269-22-2112
388	高齢者健康講座	中野市高齢者支援課	四ヶ郷会館	9月13日 18時30分～ 19時30分		中野市高齢者支援課	オーラルフレイルとお口のケアについての講話と実技	中野市高齢者支援課 0269-22-2111
389	さんさん講座	中野市高齢者支援課	中野保健センター	9月6日 10時～11時 9月27日 30分		中野市高齢者支援課	6日：今からすぐできる！糖尿病予防（講話） 27日：人生100年時代！イキイキとしたシニア気を過ごすために（講話）	中野市高齢者支援課 0269-22-2111
390	祖父母教室	飯山市保健福祉課	秋津保育園  あきは保育園	9月4日 午前中 9月3日 午前中		飯山市保健福祉課健康増進係 0269-62-3111	対象：保育園の園児とその祖父母 内容：祖父母参観の時間内に歯の健康や正しい食習慣についての教室を開催	飯山市 保健福祉課健康増進係 0269-62-3111
391	カラダ改善セミナー ～なりたい自分に～	飯山市保健福祉課	保健センター	9月3日 午前中と夜間 9月10日 9月24日		飯山市 保健福祉課健康増進係 0269-62-3111	対象：19歳～おおむね70歳の市民 内容：各種体力測や血液検査などを基に、さまざまな運動や専門スタッフからのアドバイスを通して生活習慣を見直し、健康生活を送るための運動セミナー	飯山市 保健福祉課健康増進係 0269-62-3111

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
392	目指せ！年間100日運動	飯山市保健福祉課	各自	通年(月間期:間中も実施している)		飯山市保健福祉課健康増進係 0269-62-3111	対象：飯山市在住の20歳以上の飯山市民 内容：自分に合った運動を1年間に100日以上継続し、運動を習慣化する	飯山市保健福祉課健康増進係 0269-62-3111
393	ファイト！チームで100万歩	飯山市保健福祉課	各自	9月2日～11月1日		飯山市保健福祉課健康増進係 0269-62-3111	対象：市内在住の20歳以上の市民または、勤務地が飯山市内の方 内容：3人1組・4人1組・5人1組のチームを編成し、連続30日間のチームの歩数の合計g100万歩以上となるよう目指す。	飯山市保健福祉課健康増進係 0269-62-3111
394	ポスターの掲示	飯山市保健福祉課	保健センター	月間中		飯山市保健福祉課健康増進係 0269-62-3111		飯山市保健福祉課健康増進係 0269-62-3111
395	栄養改善教室	山ノ内町健康福祉課	町福祉センター	9月4日	10:00～13:00	山ノ内町健康福祉課 介護支援係 TEL0269-33-8411	生活機能チェックリストより低栄養の疑いがある方を対象に、栄養と歯科に関する健康教室を開催する。	山ノ内町健康福祉課 介護支援係 TEL0269-33-8411
396	小学校祖父母参観にておやつ指導	山ノ内町健康福祉課・町内小学校	各小学校	9月10日	10:00～ 東小学校 15:00～ 西小学校	山ノ内町健康福祉課 健康づくり支援係 TEL 0269-33-3116	小学校の祖父母参観に合わせて、子どものおやつについて祖父母の方へ考えていただくため、町栄養士が出向いて講話を行う。	山ノ内町健康福祉課 健康づくり支援係 TEL 0269-33-3116

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
397	町広報誌「シリーズ健康づくり」掲載	山ノ内町健康福祉課				山ノ内町健康福祉課 健康づくり支援係 TEL 0269-33-3116	町広報誌へ、健康に関する情報を掲載している。9月号では、「ひくシオたすベジ北信州」強化月間についての内容を掲載する。	山ノ内町健康福祉課 健康づくり支援係 TEL 0269-33-3116
398	ポスターの掲示	木島平村	保健センター	期間中		木島平村 民生課 0269-82-3111		木島平村 民生課 0269-82-3111
399	健診結果個別説明会	木島平村	保健センター	8月～		木島平村 民生課 0269-82-3111	対象 健診受診者 内容 健診結果を個別面談で渡す際、健康と体についてお話しする。	木島平村 民生課 0269-82-3111
400	健康まつり	木島平村	保健センター	10月下旬		木島平村 民生課 0269-82-3111	対象 どなたでも 内容 村民祭に合わせて開催。健康相談や健康に関する各種測定を実施。	木島平村 民生課 0269-82-3111
401	月間ポスター掲示	野沢温泉村	保健センター	9月中		野沢温泉村保健センター(電話:0268-85-3201)	月間ポスターを掲示して普及を図る。	野沢温泉村保健センター(電話:0268-85-3201)
402	健康講演会	栄村	栄村役場 かたくりホール	9月8日		栄村役場民生課健康支援係 0269-87-3020	全住民 健康意識の向上を図る講演会	栄村役場民生課健康支援係 0269-87-3020

令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

長野県

	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
403	月間ポスター掲示	栄村	栄村役場庁舎内	9月中			栄村役場民生課健康支援係 0269-87-3020		栄村役場民生課健康支援係 0269-87-3020
404	健康づくりチャレンジ大作戦グランプリ2019 兼 栄村役場職員互助会ウォーキング互助カップ	栄村		9月1日～11月30日			栄村役場民生課健康支援係 0269-87-3020	互助会職員を対象に3名のチームを組み、ウォーキングを行う。	栄村役場民生課健康支援係 0269-87-3020
405	骨量・筋力アップ運動講座	長野市保健所健康課	長野市保健所	9月19日 9月26日 10月3日 10月10日	13:30～15:30		長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961	対象：69歳以下の市民 内容：体組成測定・脚力測定・骨量測定・運動の紹介	長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961
406	運動習慣と筋肉が身につく講座	長野市保健所健康課	長野市保健所	9月27日	10:00～11:30	<a href="https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/433314.html">https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/433314.html</a>	長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961	対象：市民 内容：習慣化のためのコツと運動の紹介	長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961
407	血糖値を下げる運動講座	長野市保健所健康課	犀南保健センター 長野市保健所	9月3日 9月26日	13:30～15:30 10:00～12:00	<a href="https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/415375.html">https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/415375.html</a>	長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961	対象：市民 内容：血糖値と運動の関係についての講話と運動の紹介	長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961
408	筋肉・関節(ロコモ)講座	長野市保健所健康課	長野市保健所	9月27日	13:30～15:00	<a href="https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/430694.html">https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/430694.html</a>	長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961	対象：市民 内容：簡単な筋力と柔軟性のチェック、効果的な運動の紹介	長野市保健所健康課 Tel.026-226-9961

## 令和元年度 健康増進普及月間における取組の概要

## 長野県

	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
409	運動相談	長野市保健所健康課	大岡保健センター	9月10日 9:30~11:30	<a href="https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/16747.html">https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-kenkou/16747.html</a>	長野市保健所健康課 TEL026-226-9961	対象：市民 内容：生活習慣病予防やロコモ等に対する運動の個別相談	長野市保健所健康課 TEL026-226-9961
410	健康・食生活相談	長野市保健所健康課	市内保健センター等	各センター等 9:00~11:00 月1回	<a href="https://www.city.nagano.nagano.jp/uploaded/attachment/321337.pdf">https://www.city.nagano.nagano.jp/uploaded/attachment/321337.pdf</a>	長野市保健所健康課 TEL026-226-9961	対象：市民 内容：健康の維持増進に関することや食事に関することなどの個別相談	長野市保健所健康課 TEL026-226-9961