

令和3（2021）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
1	パネル展示 (健康情報コーナー)	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (中央 部)	10	1	(金)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	・市役所本庁舎 ・豊郷地区市民センター ・中央生涯学習センター ・北生涯学習センター	乳がん予防啓発 ・パネル展示・リーフレット等配布 ・健康情報の掲示 ・10/1(金)～10/31(日)まで実施	市役所本庁、豊郷地区市民センター、中央生涯学習センター、北生涯学習センターへの来所者	無	宇都宮市	保健福祉総務課 保健福祉相談担当(中央部)	028-632-2941	可
2	地区市民センター ロビー展示	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (東部)	10	1	(金)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	平石地区市民センター 瑞穂野地区市民センター 清原地区市民センター	がん予防に関する普及啓発及び健康づくり推進員活動紹介 ・リーフレット等配布 ・健康情報の掲示	地区市民センター来所者	無	宇都宮市	保健福祉総務課 保健福祉相談担当(東部)	028-661-2369	可
3	健康情報コーナーにおける健康普及啓発	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (南部)	10	1	(金)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	姿川地区市民センター 横川地区市民センター 雀宮地区市民センター 南生涯学習センター 陽南出張所	がん予防啓発 ・リーフレット等配布 ・健康情報の掲示	地区市民センター等来場者	無	宇都宮市	保健福祉総務課 保健福祉相談担当(南部)	028-645-4535	可
4	健康情報提供事業	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (西部)	10	1	(金)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	・富屋地区市民センター ・城山地区市民センター ・国本地区市民センター ・篠井地区市民センター	・乳がん予防啓発、パネルの掲示 10/1(金)～10月31(日)まで実施	地区市民センター来所者	無	宇都宮市	保健福祉総務課 保健福祉相談担当(西部)	028-665-3698	可
5	地区市民センター健康情報コーナーにおける普及啓発	宇都宮市 保健福祉 相談担当 (北部)	10	1	(金)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	河内地区市民センター 上河内地区市民センター	健康づくりに関する情報掲示 健康長寿や糖尿病予防等のリーフレット配布 10/1(金)～10月31(日)まで実施	地区市民センター来所者	無	宇都宮市	保健福祉総務課 保健福祉相談担当(北部)	028-671-3205	可
6	ポールウォーキング講座	足利市 足利市生活習慣改善推進員連絡会	10	8	(金)	開始 10 : 00 終了 11 : 00	助戸公民館	・ポールウォーキングの体験 ・ポールエクササイズ(ストレッチ・筋トレ)	助戸地区生活習慣改善推進員		足利市	健康増進課 スマートウェルネスシティ担当	0284-22-4512	可

令和3（2021）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間			実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日								団体名等	担当課	電話番号	
7	お口の健康講座	足利市	10	8	(金)	開始	10	:	00	北郷公民館	・オーラルフレイルについて（講話） ・マスクをつけてできるお口の体操		足利市	健康増進課 スマートウェ ルネスシティ 担当	0284-22- 4512	可
		終了				11	:	00								
8	フレイル予防講座	足利市	10	11	(月)	開始	10	:	00	足利市保健 センター	・フレイル予防のための筋トレ、ストレッチ		足利市	健康増進課 スマートウェ ルネスシティ 担当	0284-22- 4512	可
		終了				11	:	00								
9	フレイル予防講座	足利市	10	13	(水)	開始	10	:	00	久野公民館	・フレイル予防のための筋トレ、ストレッチ		足利市	健康増進課 スマートウェ ルネスシティ 担当	0284-22- 4512	可
		終了				11	:	00								
10	ポールウォーキング講座	足利市	10	13	(水)	開始	10	:	00	三和公民館	・ポールウォーキングの体験 ・ポールエクササイズ（ストレッチ・筋トレ）		足利市	健康増進課 スマートウェ ルネスシティ 担当	0284-22- 4512	可
		終了				11	:	00								
11	ポールウォーキング講座 （公民館高齢者学級出前講 座）	足利市	10	13	(水)	開始	10	:	00	名草公民館	・ポールウォーキングの体験 ・ポールエクササイズ（ストレッチ・筋トレ）	名草地区住民	足利市	生涯学習課 名草公民館	0284-41- 9977	可
		名草公民館				終了	12	:	00							

令和3（2021）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間			実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日								団体名等	担当課	電話番号	
12	健診結果説明会	栃木市	10	7	(木)	開始	9	:	00	大平健康福祉センター	・個別相談（健診結果や生活習慣の改善方法を説明）		栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
		終了				12	:	00								
13	健診結果説明会	栃木市	10	22	(金)	開始	9	:	00	栃木保健福祉センター	・個別相談（健診結果や生活習慣の改善方法を説明）		栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
		終了				12	:	00								
14	糖尿病予防教室～入門編～ A日程3回目	栃木市	10	5	(火)	開始	9	:	30	栃木保健福祉センター	・計測（体重） ・食事の話	令和2年度特定健診データで空腹時血糖100mg/dl以上126mg/dl未満かつHbA1c5.6%以上6.5%未満の者（治療中の者は含まない。）	栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
		終了				11	:	30								
15	糖尿病予防教室～入門編～ C日程3回目	栃木市	10	6	(水)	開始	9	:	30	栃木保健福祉センター	・計測（体重） ・食事の話	令和2年度特定健診データで空腹時血糖100mg/dl以上126mg/dl未満かつHbA1c5.6%以上6.6%未満の者（治療中の者は含まない。）	栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
		終了				11	:	30								
16	糖尿病予防教室～入門編～ E日程2回目	栃木市	10	7	(木)	開始	9	:	30	栃木保健福祉センター	・計測（体重） ・運動の話・実技	令和2年度特定健診データで空腹時血糖100mg/dl以上126mg/dl未満かつHbA1c5.6%以上6.7%未満の者（治療中の者は含まない。）	栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
		終了				11	:	30								
17	糖尿病予防教室～入門編～ B日程4回目	栃木市	10	19	(火)	開始	8	:	30	大平健康福祉センター	・血液検査 ・計測（体重） ・歯周病予防の話	令和2年度特定健診データで空腹時血糖100mg/dl以上126mg/dl未満かつHbA1c5.6%以上6.8%未満の者（治療中の者は含まない。）	栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
		終了				9	:	30								
18	糖尿病予防教室～入門編～ D日程2回目	栃木市	10	20	(水)	開始	9	:	30	栃木保健福祉センター	・計測（体重） ・運動の話・実技	令和2年度特定健診データで空腹時血糖100mg/dl以上126mg/dl未満かつHbA1c5.6%以上6.9%未満の者（治療中の者は含まない。）	栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
		終了				11	:	30								

令和3（2021）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間			実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日								団体名等	担当課	電話番号	
19	糖尿病予防教室～入門編～ A日程4回目	栃木市 健康増進課	10	26	(火)	開始	8	:	30	栃木保健福祉センター ・血液検査 ・計測（体重） ・歯周病予防の話	令和2年度特定健診データで空腹時血糖100mg/dl以上126mg/dl未満かつHbA1c5.6%以上6.10%未満の者（治療中の者は含まない。）		栃木市	健康増進課	0282-25-3511	可
20	ラジオ体操講習会	真岡市 健康増進課	10	8	(金)	開始	9	:	30	①大内分館 ②山前分館 ③中村分館 ④長沼地域体育館 ①10/8（金）②13（水）③22（金）④26（火）全4日開催 ラジオ体操に関する知識を普及し地域等での継続的な取り組みを推進する。	市民		真岡市	健康増進課 健康づくり係	0285-83-8122	可
21	プロから学ぶ 歩き塾	真岡市 健康増進課	10	5	(火)	開始	10	:	00	①真岡市武道体育館 ②真岡市井頭公園 ①10/5（火）10/21（木）2日間開催 運動について正しい理解と実践によって運動への意欲を高め習慣化を図る。	市民		真岡市	健康増進課 健康づくり係	0285-83-8122	可
22	市広報「健康おたわら塾」	大田原市 健康政策課	10	1	(金)	開始		:		「がん検診を受けましょう～がんの早期発見・早期治療のために～」をテーマに記事を掲載	市民		大田原市	健康政策課	0287-23-7601	可
23	よいちメール	大田原市 健康政策課	10	10 15 17	(金) (日) (金) (日)	開始		:		・乳がん月間にあわせて、毎月のセルフチェックと定期的な検診を受け、早期発見につとめることが大切であることを配信（10/1） ・高血圧、糖尿病の発症・重症化予防のための食事の工夫を配信（10/10・17） ・がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間とあわせて、がん検診の重要性について配信（10/15）	メール配信登録者		大田原市	健康政策課	0287-23-7601	可
24	健診結果説明会	大田原市 健康政策課	10	5 8 13 14 21 22 26	(火) (金) (水) (木) (木) (金) (火)	開始	9	:	00	大田原東地区公民館 大田原市役所 金田北地区公民館 大田原市役所 ・健診結果説明会（保健師・管理栄養士） ・運動指導（健康運動指導士）10/8・14・21のみ ・お薬相談（薬剤師）10/13のみ ・健康づくりに関するリーフレット、パンフレットの配布	市集団健診受診者		大田原市	健康政策課	0287-23-7601	可
25	市ホームページ	大田原市 健康政策課				開始		:		・たばこの健康被害に関する普及啓発のため、禁煙についての情報を掲載（R4.3月末まで）	市民		大田原市	健康政策課	0287-23-7601	可

令和3（2021）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間			実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日								団体名等	担当課	電話番号	
26	なすから健康マイレージ	那須烏山市 健康福祉課	4	1	(木)	開始			アプリやポイントカードにて個人で実施	健康診査を必須とし、市の健康事業に参加したり個人で健康づくりに取り組むことで、ポイントを付与。規定ポイントをため、景品をもらう	20歳以上の市民	https://www.city.nasukarasuyama.lg.jp/page/page001385.html	那須烏山市	健康福祉課	0287-88-7115	可
27	測定の日	那須烏山市 健康福祉課	10	25	(月)	開始	9	00	南那須公民館	体組成測定 血圧測定 ※事前予約制	市民		那須烏山市	健康福祉課	0287-88-7115	可
28	食生活健康相談	那須烏山市 健康福祉課	10	7	(木)	開始	9	00	南那須公民館	食生活・健康に関する個別相談 ※事前予約制	市民	https://www.city.nasukarasuyama.lg.jp/page/page000367.html	那須烏山市	健康福祉課	0287-88-7115	可
29	那珂よし健康ポイント事業「健康イベント」	那珂川町 健康福祉課	10	17	(日)	開始	13	30	すこやか共生館	骨密度測定&エクササイズ ・イベント当日は、那珂よし健康ポイントカードをご持参ください。 ※新型コロナウイルス感染状況により中止になる場合があります。	20歳以上の町民		那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119	可