

令和6（2024）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
1	健診結果説明会	栃木市 健康増進課	10	3	(木)	開始 9 : 00 終了 12 : 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）	・栃木市民 ・特定健康診 査受診者のう ち情報提供者 ・ヤング健診 受診者		栃木市	健康増進課 健康づくり係	0282-25- 3511
2	健診結果説明会	栃木市 健康増進課	10	9	(水)	開始 9 : 00 終了 12 : 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 健康づくり係	0282-25- 3511
3	健診結果説明会	栃木市 健康増進課	10	25	(金)	開始 9 : 00 終了 12 : 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）	・栃木市民 ・特定健康診 査受診者のう ち情報提供者 ・ヤング健診 受診者		栃木市	健康増進課 健康づくり係	0282-25- 3511
4	ふるさと見に（ミニ） ウォーキング	栃木市 スポーツ課	10	27	(日)	開始 8 : 00 終了 13 : 00	栃木市 都賀地域	・株式会社日立製作所創業者“小平浪平”生誕150周年を記念し、栃木市都賀地域の自然を楽しみながら「小平浪平生誕地」などを巡るウォーキングイベント ・申込みは10月3日（木）まで ・申込方法は栃木市HPに掲載の二次元コードより申込み	・どなたでも ※小学生以下は保護者同伴	<a href="https://www.city.uchigi.lg.jp/site/culture/72192.html">https://www.city.uchigi.lg.jp/site/culture/72192.html</a>	栃木市	スポーツ課 市民スポーツ係	0282-25- 0930
5	トータルヘルスセミナー	真岡市 健康増進課	10	22	(火)	開始 10 : 00 終了 11 : 30	アオキシנטェック もおか武道館	有酸素&筋トレで健康と若さ叶える！歩き塾	市民	<a href="https://www.city.moka.lg.jp/">https://www.city.moka.lg.jp/</a>	真岡市	健康増進課	0285-83- 8122
6	健康教育事業 世界骨粗しょう症デーの 普及啓発	大田原市 健康政策課	10	23	(水)	開始 8 : 30 終了 17 : 15	大田原市役所本庁 舎エントランス	10/23～25 ・骨粗しょう症予防に関する展示、資料配布 うち一部時間内で骨波形測定と健康相談を実施	市民		大田原市	健康政策課 成人健康係	0287-23- 7601

令和6（2024）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
7	健康相談会	大田原市 健康政策課	10	28	(月)	開始 9 : 00 終了 11 : 00	大田原市役所本庁舎市民協働ホール	・保健師、管理栄養士等による健康相談 ・理学療法士による運動指導 ・体組成測定、肺年齢測定、血圧測定等 ・フレイルチェック	市民	<a href="https://www.city.ohatawara.tochigi.jp/docs/2024030600038/">https://www.city.ohatawara.tochigi.jp/docs/2024030600038/</a>	大田原市	健康政策課 成人健康係	0287-23-7601
8	乳がん検診の周知	上三川町 健康福祉課				開始 終了		・乳がん月間に伴う乳がんの予防、健診について広報にて周知	町民	<a href="https://www.town.kaminokawa.lg.jp/index.html">https://www.town.kaminokawa.lg.jp/index.html</a>	上三川町	健康福祉課 成人健康係	0285-56-9133
9	食育推進について	上三川町 健康福祉課				開始 終了		・広報にて周知	町民	<a href="https://www.town.kaminokawa.lg.jp/index.html">https://www.town.kaminokawa.lg.jp/index.html</a>	上三川町	健康福祉課 成人健康係	0285-56-9133
10	元気アップ栄養教室 ～高血圧予防・改善～	上三川町 健康福祉課	10	10	(木)	開始 10 : 00 終了 12 : 00	上三川いきいきプラザ	・講話 ・調理実習	20歳以上の町民	<a href="https://www.town.kaminokawa.lg.jp/098/info-0000003305-0.html">https://www.town.kaminokawa.lg.jp/098/info-0000003305-0.html</a>	上三川町	健康福祉課 成人健康係	0285-56-9133
11	シニア応援教室	上三川町 健康福祉課	10	28	月	開始 13 : 30 終了 15 : 00	上三川いきいきプラザ	・講話 ・実技	65歳以上の町民		上三川町	健康福祉課 高齢者支援係	0285-56-9191
12	健康デー 「骨粗しょう症を 予防しよう」	益子町 福祉子育て課	10	1	(火)	開始 9 : 00 終了 16 : 00	益子町保健センター	・体組成計測定 ・医師講話（9:30～9:50） ・食生活改善推進員による健康食配布（10:00～11:00） ・栄養相談、運動相談（要予約）	町民	<a href="https://www.town.mashiko.lg.jp/sp/page/page004164.html">https://www.town.mashiko.lg.jp/sp/page/page004164.html</a>	益子町	福祉子育て課 健康づくり係	0285-70-1121
13	働き世代調理実習	益子町 福祉子育て課	10	20	(日)	開始 9 : 00 終了 12 : 00	保健センター	・講話 ・調理実習	町民		益子町	福祉子育て課 健康づくり係	0285-70-1121
14	健康相談	益子町 福祉子育て課	10	7	(月)	開始 9 : 00 終了 11 : 00	保健センター	・健康相談	町民		益子町	福祉子育て課 健康づくり係	0285-70-1121
15	健康相談	益子町 福祉子育て課	10	21	(月)	開始 9 : 00 終了 11 : 00	保健センター	・健康相談	町民		益子町	福祉子育て課 健康づくり係	0285-70-1121
16	健康相談	益子町 福祉子育て課	10	28	(月)	開始 9 : 00 終了 11 : 00	保健センター	・健康相談	町民		益子町	福祉子育て課 健康づくり係	0285-70-1121
17	情報掲示コーナー	益子町 福祉子育て課	10			開始 8 : 30 終了 17 : 15	保健センター	・フードモデル等健康教育教材の展示、ポスター掲示、リーフレット設置	町民		益子町	福祉子育て課 健康づくり係	0285-70-1121
18	ボディメンテナンス教室	茂木町 保健福祉課	10	1	(火)	開始 7 : 40 終了 8 : 00	茂木町保健福祉センター「元気アップ館」	・塩分測定会（尿検査・血液検査）	町民		茂木町	保健福祉課 健康係	0285-63-2555
19	ボディメンテナンス教室	茂木町 保健福祉課	10	29	(火)	開始 9 : 30 終了 11 : 30	茂木町保健福祉センター「元気アップ館」	・ベジチェック（野菜摂取量チェック） ・塩分測定会の結果説明 ・健康食について講話	町民		茂木町	保健福祉課 健康係	0285-63-2555
20	健康の日	茂木町 保健福祉課	10	10	(木)	開始 9 : 00 終了 11 : 00	茂木町保健福祉センター「元気アップ館」	・体組成計測定 ・ベジチェック ・塩分測定（持参したみそ汁の塩分濃度を測定） ・個別の健康相談	町民		茂木町	保健福祉課 健康係	0285-63-2555

令和6（2024）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先		
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号
21	リンパマッサージ教室	茂木町 保健福祉課	10	31	(木)	開始 10 : 00 終了 11 : 30	茂木町保健福祉センター 「元気アップ館」	・リンパマッサージの実践	町民		茂木町	保健福祉課 健康係	0285-63-2555
22	健康ふくしま祭り	壬生町 健康増進係	10	20	(日)	開始 9 : 30 終了 13 : 00	壬生町役場	・表彰 ・測定（骨密度・血管年齢）等 ・シンポジウム ・歯科相談等 ・バザー 等	県民		壬生町	健康福祉課 健康増進係	0282-81-1885
23	からだスッキリ教室 (運動編)	野木町 健康福祉課	10	7	(月)	開始 : 終了 :	野木町 保健センター	生活習慣病予防を目的に、運動指導の講師による講話と自宅のできる運動の実技	住民 (予約制)		野木町	健康福祉課 健康増進係	0280-57-4171
24	健康相談	野木町 健康福祉課	10	22	(火)	開始 9 : 30 終了 11 : 30	野渡コミュニティーセンター	管理栄養士・保健師による健康相談	住民		野木町	健康福祉課 健康増進係	0280-57-4171
25	健康イベント	那珂川町 健康福祉課	10	9	(水)	開始 10 : 00 終了 11 : 00	ウェルフルなかがわ	・姿勢美人ピラティス	町民	<a href="https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/2019-0626-1023-30.html">https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/2019-0626-1023-30.html</a>	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119
26	健康イベント	那珂川町 健康福祉課	10	14	(月)	開始 9 : 30 終了 11 : 30	浮世絵パーク ぼとう集合	・武茂城下町の史跡ウォーキング	町民	<a href="https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/kenkouibennto.html">https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/kenkouibennto.html</a>	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119
27	健康イベント	那珂川町 健康福祉課	10	21	(月)	開始 10 : 00 終了 11 : 30	ウェルフルなかがわ	・健口体操～体の元気は口の元気から～	町民	<a href="https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/2019-0626-1023-30.html">https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/2019-0626-1023-30.html</a>	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119
28	健康イベント	那珂川町 健康福祉課	10	5	(土)	開始 19 : 00 終了 20 : 00	ウェルフルなかがわ (10/5・10/12・10/26)	・ウォーキング&スイム	町民	<a href="https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/2019-0626-1023-30.html">https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/2019-0626-1023-30.html</a>	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119
29	なかがわ フィットネス倶楽部	那珂川町 健康福祉課	10	4	(金)	開始 19 : 00 終了 20 : 30	・ウェルフルなかがわ (10/4) ・すこやか共生館 (10/18)	・お腹に脂肪をためないコツ！下腹ポッコリ解消 ・お腹をねじって動かして！ウォーキングマスター	町民	<a href="https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/kenkou.dukuri.html">https://www.town.tochigi-nakagawa.lg.jp/life/kenkou_iryou/kenkou.dukuri.html</a>	那珂川町	健康福祉課 健康増進係	0287-92-1119