

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
1	村上市	その他	村上・岩船地域の医療を考えるフォーラム	村上・岩船地域医療懇談会	村上市民ふれあいセンター	9月5日(土)	13:30～15:40		0254-53-2111	どなたでも	テーマ「毎日の睡眠でつくる元氣と健康」 講師:新潟県労働衛生医学協会 大平 徹郎氏 健康的な睡眠についてご紹介いただく。
2	村上市	デンタルケア	村上市岩船郡健口フェア	村上市岩船郡歯科医師会	村上市教育情報センター2階会議室A・B	10月4日(日)	10:00～15:00		0254-52-1182	どなたでも	無料歯科相談、在宅歯科連携室のPR、フッ化物歯面塗布、幼稚園児・保育園児の図画展示会、口腔ケア用品・リーフレットの配布
3	関川村	検診	未受診者特定健診・がん検診	関川村	関川村保健センター	11/10(火)	9時30分～10時30分		健康福祉課健康推進班Tel.0254-64-1472	検診申込した未受診者	集団検診で特定健診、胸部レントゲン検診、大腸がん検診を同日開催する。
4	関川村	検診	特定健診結果説明会	関川村	関川村保健センター コラッシェ	9/2(水) 9/9(水)	9時～11時		健康福祉課健康推進班Tel.0254-64-1472	7月の特定健診受診者	結果の個別返却 食推のヘルシーメニューの試食提供 コラッシェでは運動指導
5	関川村	運動	にゃん吉ウォーキングチャレンジ	関川村	村内	未定	—		健康福祉課健康推進班Tel.0254-64-1472	18歳以上の村民	グッピーヘルスケアアプリの歩数イベント機能を使ったウォーキングイベント
6	新発田市	運動	めざせスッカリ教室	新発田市	健康長寿アクティブ交流センター	10/13・20・27(火) 3回コース	午前10時～11時10分	https://www.city.shibata.lg.jp/kurashi/kenko/hoken/1013698/1030461.html	新発田市地域保健第2係	概ね40歳～74歳の市民 医師から運動制限を受けていない方	タオルを使ったエクササイズ、ウォーキング
7	新発田市	運動	めざせスッカリ教室	新発田市	豊浦体育センター	11/5・12・19(木) 3回コース	午後1時30分～2時40分	https://www.city.shibata.lg.jp/kurashi/kenko/hoken/1013698/1030461.html	新発田市地域保健第2係	概ね40歳～74歳の市民 医師から運動制限を受けていない方	タオルを使ったエクササイズ、ウォーキング
8	阿賀野市	検診	集団健診	阿賀野市福祉支援課	水原保健センター	9月1日、2日、3日、4日、7日、8日	受付8:00～10:00	https://www.city.aganai.niigata.jp/	0250-62-2510	市民	一般・特定健診、肺・胃・大腸・前立腺がん検診
9	阿賀野市	運動	歩数対抗あがのウォーク	阿賀野市福祉支援課	グッピーヘルスケアアプリを使用	10月5日～18日	—	https://www.city.aganai.niigata.jp/	0250-62-2510	市内在住・在勤	新潟県推奨の健康アプリを使用して、期間中の平均歩数を競います。
10	阿賀野市	運動	フィットネス利用機器講習会	阿賀野市福祉支援課	市立図書館	10月23日	10:00～11:30	https://www.city.aganai.niigata.jp/	0250-62-2510	市内在住・在勤	無料で開放しているフィットネス機器の正しい利用方法について講習

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
11	阿賀野市	運動	ラジオ体操講習会	阿賀野市福祉支援課	道の駅あがの	10月31日	10:00～11:30	https://www.city.aga-niigata.jp/	0250-62-2510	市民70名	NHKテレビ、ラジオ体操指導員による講習
12	阿賀野市	運動	シャキ！いき！ウォーキングデー	阿賀野市福祉支援課	京ヶ瀬工業団地	11月11日	9:30～11:30	https://www.city.aga-niigata.jp/	0250-62-2510	市内在住・在勤	桜並木、紅葉の街路樹など四季折々の景色が楽しめる自然豊かなコースを歩きます。
13	阿賀野市	検診	集団健診	阿賀野市福祉支援課	水原保健センター	11月5日、6日、9日	受付8:00～10:00	https://www.city.aga-niigata.jp/	0250-62-2510	市民	一般・特定健診、肺・胃・大腸・前立腺がん検診
14	阿賀野市	検診	乳がん・子宮頸がん検診	阿賀野市福祉支援課	水原保健センター	11月15日、16日	受付8:45～9:45、12:45～13:45	https://www.city.aga-niigata.jp/	0250-62-2510	市民	乳がん:40歳以上 子宮頸がん:20歳以上 年度末年齢偶数の女性 要もい仕込み
15	胎内市	検診	特定健診結果説明会	胎内市健康づくり課	ほっとHOT・中条	9月8日	13:30～15:30		0254-44-8680	胎内市国保加入者	健診結果をもとに保健師・管理栄養士が食事、運動、禁煙について保健指導を行います。 また、食生活改善推進委員が嗜好品や摂取エネルギー等についてのPRを実施。歯科衛生士による無料歯科相談を実施。グッピーヘルスケアアプリの登録や利用を推進します。
16	胎内市	検診	特定健診結果説明会	胎内市健康づくり課	ほっとHOT・中条	9月9日	9:00～11:30		0254-44-8680	胎内市国保加入者	同上
17	胎内市	検診	特定健診結果説明会	胎内市健康づくり課	ほっとHOT・中条	9月10日	9:00～11:30		0254-44-8680	胎内市国保加入者	同上
18	胎内市	検診	働き盛り応援事業	胎内市健康づくり課	胎内市産業文化会館	9月8日	8:30～16:00		0254-44-8680	胎内市商工会に加入している事業所職員	中小企業の健診会場にて糖尿病予防のチラシの配布、管理栄養士野菜摂取のPR、歯科衛生士の無料相談の実施、グッピーヘルスケアアプリの登録や利用を推進します。
19	胎内市	食生活	食生活改善推進委員協議会研修会	胎内市食生活改善推進委員協議会	ほっとHOT・中条	10月2日	未定		0254-44-8680	食生活改善推進委員	朝食をテーマに研修を行い秋～冬の活動につなげます

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
20	胎内市	食生活	食推委託事業	胎内市食生活改善推進委員協議会	新館	11月10日	10:00～11:30		0254-44-8680	新館住民	食生活改善推進委員が地区に出向いて減塩をテーマに講話を行います。
21	聖籠町	食生活	味楽来サポーターズキッチン(第3回) サバイバルマスターへの道！持ち寄りで大実験！災害時でも慌てない即興ご飯会	聖籠町食は味楽来サポーターズ	聖籠町保健福祉センター	9月29日	午前	なし	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	防災に備える食・栄養
22	聖籠町	その他	お悩み相談会	聖籠町保健福祉課	聖籠町町民会館小ホール	10月1日	受付時間 10:00～13:00	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民 在勤者	弁護士相談・お仕事探し・経済面や介護などとともに健康相談・こころの相談が一度にできる相談会です。
23	聖籠町	検診	胃がん大腸がん検診未受診者受診勧奨通知	聖籠町保健福祉課	聖籠町保健福祉センター	9月	-	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	町クーポン事業対象者で未受診者へ再勧奨ハガキの送付
24	聖籠町	検診	秋の総合健診	聖籠町保健福祉課	聖籠町保健福祉センター	10/19～10/23 10/25	受付時間 8:00～10:30	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	胸部レントゲン・特定健診・胃がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検査・肝炎ウイルス検査
25	聖籠町	検診	子宮頸がん検診	聖籠町保健福祉課	契約医療機関	6月～12月末	-	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	子宮頸部細胞診 20歳以上女性対象 隔年受診
26	聖籠町	検診	乳がん検診	聖籠町保健福祉課	下越健康開発センター	7月～12月末	-	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	乳房エックス線検査(マンモグラフィ) 40歳以上女性対象 隔年受診
27	聖籠町	その他	育児学級	聖籠町保健福祉課	聖籠町保健福祉センター	9/3 11/5	午後	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	町民の生後4・5か月の親子に対し、食のスタートとなる離乳食について伝え、家族の食生活も見直す機会とする。
28	聖籠町	その他	マタニティ教室	聖籠町保健福祉課	聖籠町保健福祉センター	10月8日	午後	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	妊娠期の食・健康管理を通してこれから生まれてくる子どもや家族の健康に関心を持つとともに、孤立しない子育てのイメージを作る。
29	聖籠町	デンタルケア	2歳児歯科健診 2歳6か月児歯科健診	聖籠町保健福祉課	聖籠町保健福祉センター	9/7 9/8 11/9 11/10	午後	https://www.town.seiyo-niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	町民の2歳児・2歳6か月児それぞれ、対象児に無料歯科健診・無料フッ化物塗布・歯科保健指導実施

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
30	聖籠町	デンタル ケア	1歳2か月児歯科健診 3歳6か月児歯科健診	聖籠町保健福祉課	聖籠町保健福祉センター	10/5 10/6	午後	https://www.town.sei-ro.niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	町民の1歳2か月児・3歳6か月児それぞれ、対象児に無料歯科健診・無料フッ化物塗布・歯科保健指導実施
31	聖籠町	デンタル ケア	成人歯科健診事業 後期高齢者歯科健診事業	聖籠町保健福祉課	聖籠町内歯科医院	6月～12月	－	https://www.town.sei-ro.niigata.jp	聖籠町保健福祉課 0254-27-6511	町民	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・75・81歳の町民に対し歯周病検診・口腔機能検査・歯科保健指導実施
32	聖籠町	運動	スポレク祭	NPOスポネットせいらう	町内	10月12日	－	https://www.sponet-seiro.com	NPOスポネットせいらう 0254-27-1515	－	子どもから大人まで楽しめる色々な種目が施されます。
33	聖籠町	運動	健康ウォーキング	NPOスポネットせいらう	町内	9月27日	午前中	https://www.sponet-seiro.com	NPOスポネットせいらう 0254-27-1515	－	新潟県健康ウォーキングロードを活用してウォーキング講習と実践。
34	阿賀町	その他	健幸フェスティバル	阿賀町子ども・健康推進課	やまぶきの里	11月3日(火)	9:00～12:00	なし	子ども・健康推進課 0254-92-5762	住民	住民自身が楽しみながら健康増進や健康管理に取り組むきっかけとなるよう、脳年齢や骨密度測定等の体験コーナー、健康パネルの展示等を行う。
35	阿賀町	その他	健康づくり講演会	阿賀町子ども・健康推進課 新潟県健康づくり財団	やまぶきの里	11月3日(火)	10:30～11:30	なし	子ども・健康推進課 0254-92-5762	住民	住民の生活習慣病やフレイル予防等を目的として、健康フェスティバルと同時開催する。(健康づくり財団と共同開催)
36	三条市	食生活	特定健診会場での啓発	健康づくり課食育推進室	たいぶん(三条市体育文化会館)、三条総合福祉センター	9/1(火)、 11/5(木)、 11/6(金)、 11/9(月)	9:30～15:30		0256-34-5448	期間中に市の特定健診を受診した人	特定健康診査会場で、野菜の摂取量や適塩をテーマにフードモデルやパンフレットを活用して啓発する。
37	三条市	食生活	栄養改善個別訪問指導事業(栄養いきいき訪問)	健康づくり課保健指導係	各利用者自宅(訪問)	通年		https://www.city.saijo.niigata.jp/soshiki/fukushihokembu/kenkozukurika/kokuho/12642.html	0256-34-5445(直通)	市内に在住の65歳以上で低栄養または生活習慣病重症化が疑われる人(要支援・要介護認定者は除く。)	管理栄養士が訪問し、栄養改善及びフレイル予防を行う。
38	三条市	デンタル ケア	口腔機能向上個別訪問指導事業(お口すこやか訪問)	健康づくり課保健指導係	各利用者自宅(訪問)	通年		https://www.city.saijo.niigata.jp/soshiki/fukushihokembu/kenkozukurika/kokuho/12642.html	0256-34-5445(直通)	市内に在住の65歳以上で口腔機能の低下が疑われる人(要支援・要介護認定者は除く。)	歯科衛生士が訪問を行い、口腔機能改善及びフレイル予防を行う。

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
39	燕市	その他	つばめ元気かがやきポイント事業	燕市健康づくり課		取組期間: 4/1～12/31		https://www.city.ts-ubame.niigata.jp/kenko/kenko/2/75/9336.html	0256-77-8182	市民、在勤・在学者	日々の健康行動や健康づくり関連事業に参加することでポイントが貯まり、ポイント報告者には優待カードを進呈及び、抽選に参加できる。
40	燕市	食生活	つばめ食育だより	燕市健康づくり課		通年		https://www.city.ts-ubame.niigata.jp/sos-hiki/kenko_fukushi/1/10/1/index.html	0256-93-5461	市民全般	市民の健康的な食生活実践を目的に毎月19日の食育の日に市内スーパー、公共機関、小中学校等にポスター掲示及び、市のホームページに掲載。
41	燕市	食生活	野菜摂取促進事業「ベジ足ししよう！」リーフレット普及啓発活動	燕市健康づくり課		通年		https://www.city.ts-ubame.niigata.jp/sos-hiki/kenko_fukushi/1/10/9278.html	0256-93-5461	市民全般	野菜摂取促進を目的に毎年テーマを設定し食生活改善推進委員と考案した簡単美味しい野菜レシピ集を小中学校や地区活動、イベント時に配布。
42	燕市	運動	プラス10分(+10)普及啓発活動	燕市健康づくり課		通年			0256-93-5461	市民全般	日常的な身体活動量増加を目的に保健推進委員が地域活動やイベント時に参加者へ手作りカードを配布。
43	燕市	食生活	食育Instagram	燕市健康づくり課		通年		https://www.city.ts-ubame.niigata.jp/sos-hiki/kenko_fukushi/1/10/22400.html	0256-93-5461	市民全般	毎日の食卓に役立つ簡単な副菜レシピや食育情報のほか、市内の食育イベント情報等を発信。
44	燕市	運動	ペア・グループ歩数大合戦「燕JOYウォーキングGOO!」	燕市健康づくり課		10/26(月)～ 11/8(日)			0256-77-8182	市民・在勤・在学者で2人以上のチーム	新潟県「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」のアプリを活用し参加者の平均歩数をチーム対抗で競う。
45	燕市	食生活	予約制食事相談会	燕市健康づくり課	①吉田公民館 ②中央公民館 ③吉田公民館 ④中央公民館	①9/8(火) ②9/24(木) ③10/14(水) ④11/13(金)	9:30～10:30 10:30～11:30 いずれの時間で希望時間	https://www.city.ts-ubame.niigata.jp/sos-hiki/kenko_fukushi/1/3/117/14113.html	0256-93-5461	食事改善に関心のある市民	血糖値や減塩、コレステロールなど食生活改善にむけ管理栄養士による個別栄養相談。
46	燕市	その他	健診結果相談会	燕市健康づくり課	①中央公民館 ②吉田公民館 ③吉田公民館	①9/28(月) ②10/28(水) ③11/26(木)	13:30～14:45 14:20～15:35 15:10～16:25 各時間4名程度		0256-93-5461	今年度、市の特定健診受診者(血圧・脂質・血糖等で要指導者)	健診結果の確認と自分に合った生活習慣改善のヒントをつかむための保健師・栄養士・健康運動指導士による健康相談。
47	燕市	その他	健診結果活用講座	燕市健康づくり課	吉田公民館	9/17(木)	13:30～15:00		0256-93-5461	今年度、市の健康診査受診者(保健指導対象者除く)	健診結果の見方や今後の健康づくりのヒントが見つかるための保健師・栄養士による健康講座。
48	燕市	女性の健康	骨粗しょう症検診結果説明会	燕市健康づくり課	吉田産業会館	①11/11(水) ②12/1(火)	13:30～15:00		0256-93-5461	今年度、市の骨粗しょう症検診受診者	①保健師による結果説明、運動方法紹介 ②栄養士による骨粗しょう症予防の食事指導

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
49	燕市	デンタル ケア	歯っぴーフェア	燕歯科医師会	吉田産業会館	11/8(日)	9:30～12:30 (予定)		0256-78-8118 (平日9時～正午ま で)	市民、在勤者 および隣接市 町村民等	講演や無料フッ化物歯面塗 布、園児図画ポスター展示な ど歯に関するブース(予定)
50	燕市	その他	健康づくり講演会	燕市健康づくり課 燕市保健推進委員協議 会	吉田産業会館	11/15(日)	午前		0256-93-5461	市民、在勤者	講師による「心と体のセルフメ ンテナンス」について、講話お よび実技指導。保健推進委員 研修会を兼ねる。
51	燕市	食生活	食の視点からの健康管理セミナー	燕市子育て応援課	①小池中学校 ②燕北中学校 ③分水中学校	①9/9(水) ②10/2(金) ③10/14(水)		<a href="https://www.city.ts
ubame.niigata.jp/kos
odate_kyoiku/ninshi
n/14856.html">https://www.city.ts ubame.niigata.jp/kos odate_kyoiku/ninshi n/14856.html	0256-92-6815	中学2年生	テーマ「食べることを大切に」 講師 燕市食生活改善推進 委員協議会
52	燕市	その他	幸せな未来のためのケア&ヨガ	燕市子育て応援課	燕勤労者総合福祉セン ター	10/31(土)	10:00～11:30	<a href="https://www.city.ts
ubame.niigata.jp/kos
odate_kyoiku/ninshi
n/14856.html">https://www.city.ts ubame.niigata.jp/kos odate_kyoiku/ninshi n/14856.html	0256-92-6815	市内在住また は在勤の20～ 30代の方	講話と実技 講師 吉森容子氏(済生会新 潟県央基幹病院助産師 母性 看護専門看護師) 藤井明子氏(ヨガのへやcitta 主宰)
53	燕市	その他	プレコンセプションケアセミナー	燕市子育て応援課	県立分水高等学校	11/25(水)	14:40～15:35	<a href="https://www.city.ts
ubame.niigata.jp/kos
odate_kyoiku/ninshi
n/14856.html">https://www.city.ts ubame.niigata.jp/kos odate_kyoiku/ninshi n/14856.html	0256-92-6815	高校3年生	テーマ「はじめようプレコンセ プションケア～自分らしいここ ろとからだ～」 講師 吉森容子氏(済生会新 潟県央基幹病院助産師 母性 看護専門看護師)
54	弥彦村	食生活	からだところの健康相談 (特定健診結果個別相談)	弥彦村健康推進課	弥彦村役場大ホール	9/1(火)	13:30～15:00	<a href="https://www.vill.yahi
ko.niigata.jp/welfare
/?content=1126">https://www.vill.yahi ko.niigata.jp/welfare /?content=1126	0256-94-3139	弥彦村が実施 する特定健診 及び住民健診 を受診した方	健診結果をもとに生活を振り 返し、保健師・管理栄養士が 生活改善の実践方法をご提 案します。
55	弥彦村	食生活	からだところの健康相談 (特定健診結果個別相談)	弥彦村健康推進課	弥彦村保健センター	9/14(月)	9:30～11:00	<a href="https://www.vill.yahi
ko.niigata.jp/welfare
/?content=1127">https://www.vill.yahi ko.niigata.jp/welfare /?content=1127	0256-94-3139	弥彦村が実施 する特定健診 及び住民健診 を受診した方	健診結果をもとに生活を振り 返し、保健師・管理栄養士が 生活改善の実践方法をご提 案します。
56	弥彦村	食生活	からだところの健康相談 (特定健診結果個別相談)	弥彦村健康推進課	弥彦村役場大ホール	10/26(月) 11/27(金)	9:30～11:00	<a href="https://www.vill.yahi
ko.niigata.jp/welfare
/?content=1128">https://www.vill.yahi ko.niigata.jp/welfare /?content=1128	0256-94-3139	弥彦村が実施 する特定健診 及び住民健診 を受診した方	健診結果をもとに生活を振り 返し、保健師・管理栄養士が 生活改善の実践方法をご提 案します。
57	弥彦村	食生活	保育園、学校給食減塩メニュー	弥彦村健康推進課	保育園、小学校、中学校	10/6(火) 10/19(月)	給食時		0256-94-3139	保育園児、小 中学生とその 保護者	小さい頃から薄味がおいしい という味覚を育てるために、 保育園、小・中学校の給食に 共通の減塩メニューを提供し ます。家庭へも情報を発信 し、家族みんなが減塩を実践 する意識を醸成します。
58	長岡市	その他	こころの健康づくり講演会	健康増進課	中央図書館	9月5日	13時30分～15 時	未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたで も	こころの健康に関する正しい 知識の普及啓発や理解促進 を図る。

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時	URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容	
59	長岡市	その他	こころ元気アップ講座	健康増進課	各コミュニティセンター等	9/29、10/14、 10/21、 10/30、11/5、 11/11、 11/12、 11/13	各日ごと	未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたでも	こころの健康づくり、うつ病等正しい知識の普及啓発を図る講座
60	長岡市	食生活	食育総合講座「みんなの食育塾」 生活習慣病予防講座 「糖尿病予防の食事～正しく食べて、血糖値を適正に！～」	健康増進課	さいわいプラザ調理室	9月25日	10～13時	https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate05/syokuiku/course.html	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたでも	生活習慣を改善する食事についての講話・調理実習
61	長岡市	食生活	食育総合講座「みんなの食育塾」 生活習慣病予防講座 「高血圧予防の食事～血管を美しく保つコツ～」	健康増進課	さいわいプラザ調理室	10月20日	10～13時	https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate05/syokuiku/course.html	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたでも	生活習慣を改善する食事についての講話・調理実習
62	長岡市	食生活	食育総合講座「みんなの食育塾」 動画配信講座「カラダをデザインする正しい食べ方～たんぱく質～」	健康増進課		10月配信		https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate05/syokuiku/course.html	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたでも	たんぱく質や栄養の講話
63	長岡市	食生活	食育講演会	健康増進課	長岡リリックホール	11月13日	13時30分～15時	未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたでも	健康食品の正しい使い方等に関するテーマを講演
64	長岡市	その他	地区の健康教育	健康増進課	各コミュニティセンター	9～11月中 38回		未設置	健康増進課 0258-39-7508	地区住民	運動講座や栄養講座、生活習慣病予防講座など地区の健康課題や実情に合わせた講座を実施
65	長岡市	その他	高齢者eスポーツ体験事業 「週イチe活」	健康増進課	さいわいプラザ 下川西コミュニティセンター	10～11月中 計7回	10時～11時	https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate10/e-sports.html	健康増進課 0258-39-7508	おおむね65歳以上の市民	1クール4回コースの体験教室をさいわいプラザ会場で2クール、1クール3回コースの体験教室をコミュニティセンター会場で2クール実施(「太鼓の達人」)
66	長岡市	その他	高齢者eスポーツ体験事業 「ちょこっとe活」	健康増進課	さいわいプラザ	10月 計4回	13時30分～15時	https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate10/e-sports.html	健康増進課 0258-39-7508	おおむね65歳以上の市民	eスポーツを気軽に体験してみたい方向けで、事前申し込み不要・出入り自由な体験の場(「太鼓の達人」、「ぶよぶよ」)
67	長岡市	その他	認知症予防事業「つきイチ脳活」	健康増進課	さいわいプラザ、与板地域、越路地域	9/29、10/27、 11/24	10時～11時30分	未設置	健康増進課 0258-39-7508	65歳以上の市民	認知症予防に関する様々な手法の紹介・実践(9月OTの認知症予防講座、10月脳トレウォーキング、11月脳トレフェスティバル)
68	長岡市	その他	地区の介護予防事業講座	健康増進課	各コミュニティセンター	9～11月中 33回		未設置	健康増進課 0258-39-7508	地区住民	介護予防に関する運動や認知症予防、栄養改善、嚥下予防、口腔機能向上など地区の実情に合わせた講座を実施

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
69	長岡市	食生活	栄養教室フォローアップ講座	健康増進課	さいわいプラザ	9月11日	13:30～15:30	未設置	健康増進課 0258-39-7508	特定健康診査 結果において 2年連続 BMI20.0以下 の71～74歳の 市民のうち、R 7年度教室参 加者	R7年度に実施した低栄養予 防、対策のための教室のフォ ローアップを実施する。①体 組成測定②健康講座③運動 実技を実施。
70	長岡市	運動	複合型継続教室「大人のまなびバ」	健康増進課	さいわいプラザ	9/3、9/10、 9/17、9/24、 10/1、10/8	13:30～15:30	未設置	健康増進課 0258-39-7508	65歳以上の 市民(初参加 優先)	高齢期の心身の移り変わりに 目を向け、自分の身体の状態 を知り、運動を講座の中心に 認知症予防、栄養改善・口腔 機能向上・うつ予防等を複合 的に学び介護予防活動を実 践する。(全8回)
71	長岡市	運動	運動機能向上事業「つきイチひろ ば」	健康増進課	アオーレ長岡	9/16、10/21、 11/18	13:30～14:30	未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたで も	「ながおか元気体操」や「ハッ ピー体操」などの軽体操、脳ト レを含んだレクリエーションを実 施。
72	長岡市	運動	運動機能向上事業「おてがる健康ブ レイス」	健康増進課	イオン長岡店	9/30、10/30、 11/30	9:30～10:30	未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたで も	毎月テーマを変えて、健康講 話と運動を実施。(9月認知症 予防のための食事について の講話と脳トレ体操、10月首 肩まわりと体幹の運動、11月 感染症予防講話と運動)
73	長岡市	その他	介護予防講演会	健康増進課	長岡リリックホール	9月26日	13:30～15:00	未設置	健康増進課 0258-39-7509	市民どなたで も	介護予防に関する知識を市 民へ分かりやすく説明し、健 康づくり・介護予防の動機付 け及び健康寿命の延伸を図 る。 今年のテーマは「フレイル予 防」
74	長岡市	その他	転ばん隊スキルアップ研修	健康増進課	さいわいプラザ	10月13日	10:00～12:00	未設置	健康増進課 0258-39-7510	介護予防サ ポーター転ば ん隊に登録者 している人	地域での介護予防の普及啓 発に努め、その重要性を伝え る実践力をより高めるため に、健康長寿に必要な知識や 技術を学ぶ。
75	長岡市	食生活	図書館での普及啓発活動	健康増進課	中央図書館 互尊文庫(ミライエ長岡)	11月中		未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたで も	食育関連書籍や資料の展示
76	長岡市	食生活	食育総合講座「みんなの食育塾」 郷土料理伝承コース「長岡の郷土料 理秋冬編～おかず手帖2より～」	健康増進課	さいわいプラザ	11月25日	10:00～13:00	https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate05/syokuiku/course.html	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたで も	長岡の郷土料理のを長岡市 食生活改善推進委員から教 えていただく。
77	長岡市	食生活	食育総合講座「みんなの食育塾」 親子コース「長岡のお麴屋が教え る！車麴を使った料理」	健康増進課	さいわいプラザ	10月3日	10:00～13:00	https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate05/syokuiku/course.html	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたで も	親子で長岡のお麴屋さんから お麴についてとお麴を使った 料理を学ぶ

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
78	長岡市	その他	骨粗しょう症予防講座	健康増進課	各コミュニティセンター 子育ての駅 等	9/24、9/28、 9/30、10/14、 10/20、 10/28、11/13	各日ごと	未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたでも	簡易骨密度測定、骨粗しょう症予防のための栄養・運動講座を実施。
79	長岡市	その他	あなたの健康相談会	健康増進課	さいわいプラザ	9/1、9/7、 9/14、9/29、 10/2、10/5、 10/14、 10/15、11/2、 11/9、11/10、 11/30	各日ごと	未設置	健康増進課 0258-39-7508	市民どなたでも	健診結果の味方や栄養・食事などの健康に関する個別相談を実施。
80	見附市	たばこ	喫煙防止目的講演会	見附市南蒲原郡医師会	見附市文化ホールアルカディア	11/26(木)	14:00～16:30		見附市健康福祉課 0258-61-1370	市内小学校6年生、中学校1年生	喫煙の悪影響を学ぶ機会として、地元医師会が主催、市・市教育委員会共催の講演会を開催します。
81	見附市	食生活	学び座みらいの食卓 ～バランス食と地消を楽しむ～	見附市健康福祉課	見附市保健福祉センター 集団検診室・調理室	9/16(水)	10:00～12:30	https://www.city.mitsuke.niigata.jp/soshiki/6/2253.html	見附市健康福祉課 0258-61-1370	市民	講師：岩渕智博氏 内容：見附の料理人と一緒に料理を作りながら、「食べることの大切さ、作ることの楽しさ」を学びます。今回は秋の実りをふんだんに使った、季節の味わいを楽しめる簡単メニューをご紹介します。
82	見附市	食生活	大人の食育講座 高血圧予防の毎日ごはん～お肉料理編～	見附市勤労者家庭支援施設 ふぁみりあ	見附市勤労者家庭支援施設 ふぁみりあ	10/30(金)	10:00～12:30	https://www.city.mitsuke.niigata.jp/soshiki/6/2252.html	見附市勤労者家庭支援施設 ふぁみりあ 0258-62-1915	市民	講師：古川素子氏 内容：お肉料理をメインに、塩分控えめでも美味しい料理のコツを学びます。毎日の食事作りに役立つ味付けの工夫や献立全体の味のバランスを体感しましょう。
83	見附市	食生活	スポーツ栄養セミナー	見附市健康福祉課	見附市保健福祉センター 集団検診室・調理室	11/18(水)	10:00～12:30		見附市健康福祉課 0258-61-1370	健康運動教室参加者	講師：山川琴栄氏 内容：運動における栄養、適正体重、食事バランスとともに、簡単に美味しい料理のコツを学びます。
84	見附市	運動	見附ウォーキングまつり2026	見附市、見附市スポーツ協会・ミズノグループ	見附運動公園多目的グラウンド駐車場	10/4(日)	8:00～12:30	http://www.mitsuke-sports.com/	見附市総合体育館 0258-62-3661	どなたでも	ウォーキングを通して誰もが楽しくスポーツ(運動)に親しむ機会を提供することを目的に、複数の距離別のコースを設け実施します。
85	小千谷市	その他	特定健診結果説明会	小千谷市	各町内の集会所等	9月7日～10月27日			健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3640	特定健診受診者	保健師・栄養士による健康相談
86	小千谷市	その他	健康づくりイベント	小千谷市	総合産業会館サンプラザ	11月22日			健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3640	市民	健康づくりにかかわる団体が参加し、健康増進に向けた普及啓発活動

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
87	小千谷市	検診	広報での啓発	小千谷市		8月25日号 9月25日号 10月25日号			健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3641	市民	・高血圧予防や血圧測定についての普及啓発 ・がん検診の受診勧奨とがんの知識の普及啓発 ・健口文化推進月間に合わせて、歯とお口の健康に関する普及啓発
88	小千谷市	検診	総合健診	小千谷市	総合体育館	10月14～16日、10月19～20日		https://www.city.ojiya.niigata.jp/soshiki/kenko/kenkoshinsa-sogo.html	健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3642	市民	特定健診、肺・胃・大腸がん検診
89	小千谷市	その他	保健推進員自主活動	小千谷市(保健推進員協議会)	各町内の集会所等	9月～10月末			健康・子育て応援課	市民	各町内における自主的健康づくりの推進(医師講話、運動、笑いヨガ等)
90	小千谷市	その他	中学生と赤ちゃんとのふれあい交流会	小千谷市	南中学校	11月18日			健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3640	中学3年生	赤ちゃんとのふれあい交流、助産師講話。赤ちゃんの可愛さ、命の尊さ、妊娠・出産、思春期の心身の状態や健康づくりについて学ぶ機会
91	小千谷市	その他	骨粗鬆症予防講座	小千谷市	サンラックおぢや3階大ホール	9月18日			健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3640	市民	骨粗鬆症検診の事後指導、骨粗鬆症予防の知識普及・健康講座として整形外科医の講話(予防や治療の話)、栄養指導、運動指導を実施
92	小千谷市	検診	成人歯科検診、後期高齢者歯科健診	小千谷市	市内の委託している歯科医院	7月1日～R9年2月28日			健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3640	市民	う蝕、歯周病等の歯周疾患の早期に発見のための検診と保健指導
93	小千谷市	運動	健康ポイント事業における筋力測定会	こいこいスポーツクラブおぢや(小千谷市の委託事業)	総合体育館	9月12日 10月10日		https://www.city.ojiya.niigata.jp/soshiki/kenko/koikoipointo.html	健康・子育て応援課 TEL:0258-83-3640 こいこいスポーツクラブおぢや TEL:83-0085	市民(18歳以上)	四肢の筋肉量を評価する体組成測定と筋力やバランスを評価する運動機能測定。測定結果に合わせて健康運動指導士がアドバイス
94	魚沼市	運動	やってみようプラス10分運動	魚沼市健康増進課	魚沼市役所本庁舎	9月15日 10月16日 11月9日	14:00～15:30 10:00～11:30 14:00～15:30	https://www.city.ujima.lg.jp/page/1041622.html	025-792-9763	市民	家庭でできる簡単な運動や身体の状態に合わせた運動方法の紹介
95	魚沼市	その他	FMラジオにて健康に関する普及啓発	魚沼市健康増進課	魚沼市役所本庁舎	毎月			025-792-9763	市民	食育、禁煙等に関する情報をFMうおぬまで放送
96	魚沼市	その他	ポスター掲示	魚沼市健康増進課	魚沼市役所本庁舎	随時			025-792-9763	市民	食事、運動、禁煙等

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
97	魚沼市	デンタルケア	健康チェック測定体験会	魚沼市健康増進課	魚沼市役所本庁舎	9月2日 9月3日	両日13:30～ 15:00	https://www.city.ujnuma.lg.jp/page/1018997.html	025-792-9763	市民	野菜摂取量測定器・血管年齢測定器・体組成計、咀嚼力チェック(咀嚼ガム)の測定体験、測定結果の説明、手軽にできる運動の紹介、試食
98	魚沼市	食生活	ふれあい福祉フェスティバル	魚沼市社会福祉協議会	魚沼市ボランティアセンター	10月10日	10:00～14:00		025-792-8181	市民	食の正しい知識・デンタルケアの普及啓発を行うことを目的とし、咀嚼力チェック体験やリーフレットの配布を実施
99	魚沼市	デンタルケア	歯や口の健康相談会	魚沼市健康増進課	魚沼市役所本庁舎	10月下旬	9:00～11:20	https://www.city.ujnuma.lg.jp/page/1023836.html	025-792-9763	市民	歯科衛生士による歯科個別相談。保健師による保健指導。
100	南魚沼市	その他	図書館での健康情報の広報、発信	南魚沼市図書館	南魚沼市立図書館	9月～11月の 図書館開館日	9時30分～20 時00分 ※土曜日・日 曜日、祝日は 19時00分まで 【休館日】 ・第1木曜日 (祝日の場合 は翌日) ・第3木曜日		025-773-6677	図書館来館者	各月のテーマに関するポスター、関連図書ブースの設置。 ・9月「健康増進普及月間」「がん征圧月間」「新潟県自殺対策推進月間」 ・10月「運動の秋」「世界骨粗しょう症デー」「災害の備え」 ・11月「世界糖尿病デー」「アルコール関連問題」
101	南魚沼市	その他	CKD予防講演会 「知らない怖いCKD(慢性腎臓病)～慢性腎臓病の基礎知識、予防のポイント～」	南魚沼市健康推進課	南魚沼市役所本庁舎	10月1日	19時00分～20 時10分		025-773-6811	・R7年度基礎 健診受診者の うち、腎機能 検査で受診勧 奨値に該当す る者 ・上記以外の 南魚沼市民	南魚沼市民病院 透析センター長 田部井薫先生を講師に招き、慢性腎臓病の基礎知識と予防のポイントについて講演会を実施。
102	南魚沼市	たばこ	喫煙防止講演会	南魚沼市健康推進課	塩沢中学校	11月13日	13:45～14:35		025-773-6811	塩沢中学校の 全校生徒	地元の開業医を講師に招き、たばこの害について講演を実施。
103	南魚沼市	食生活	八色の森市民まつりでの食育推進事業	南魚沼市健康推進課	八色の森公園	10月11日	10時00分～15 時30分		025-773-6811	南魚沼市民	まつり会場にて、血管年齢測定、健康相談、減塩レシピ配布等を実施。食生活改善推進員と協働。
104	南魚沼市	食生活	石打健康まつり	石打地区まちづくり協議会	未定	10月31日	未定		025-783-3295	南魚沼市民	まつり会場にて、血圧測定、減塩レシピ等を配布。食生活改善推進員と協働。

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
105	南魚沼市	検診	結果の見方教室	南魚沼市健康推進課	南魚沼市民病院ゆきぐに健友館AI	9月24日	13時30分～15時30分		025-773-6811	南魚沼市民	・保健師による健診の検査値改善のポイントについての講話。 ・管理栄養士によるバランスのとれた食事についての講話。 ・ベジチェックの実施。 ・食生活改善推進員による夏野菜レシピの配布。
106	南魚沼市	検診	血圧コントロール教室	南魚沼市健康推進課	南魚沼市民病院ゆきぐに健友館AI	9月29日	13時30分～15時30分		025-773-6811	南魚沼市民	・保健師による血圧と健康の関係と血圧をコントロールするコツについての講話。 ・食生活改善推進員による、塩分0.7%味噌汁の試飲。
107	南魚沼市	検診	血圧コントロール教室	南魚沼市健康推進課	南魚沼市民病院ゆきぐに健友館AI	10月27日	13時30分～15時30分		025-773-6811	南魚沼市民	・保健師による血圧と健康の関係と血圧をコントロールするコツについての講話。 ・食生活改善推進員による、塩分0.7%味噌汁の試飲。
108	南魚沼市	検診	血圧コントロール教室	南魚沼市健康推進課	南魚沼市民病院ゆきぐに健友館AI	11月25日	13時30分～15時30分		025-773-6811	南魚沼市民	・保健師による血圧と健康の関係と血圧をコントロールするコツについての講話。 ・食生活改善推進員による、塩分0.7%味噌汁の試飲。
109	南魚沼市	検診	市報掲載「骨粗しょう症検診」	南魚沼市健康推進課	市報みなみ魚沼	9月			025-773-6811	南魚沼市民	市の骨粗しょう症検診の紹介と受診勧奨 ※骨粗鬆症検診の対象は、年度末年齢51歳、56歳、61歳の女性
110	南魚沼市	検診	市報掲載「がん検診」	南魚沼市健康推進課	市報みなみ魚沼	10月			025-773-6811	南魚沼市民	がん検診の受診勧奨「健診・検診で未来の自分を見つめよう。」
111	南魚沼市	デンタルケア	市報掲載「いい歯の日」	南魚沼市健康推進課	市報みなみ魚沼	11月			025-773-6811	南魚沼市民	「いい歯の日(11月8日)」に合わせ、歯の健康を保つための歯みがきのポイントと成人歯科健診の受診勧奨
112	南魚沼市	デンタルケア	染め出しブラッシング教室	南魚沼市健康推進課	保育園6園	9～10月	9:30～11:00		025-773-6811	南魚沼市民	歯科衛生士による歯垢染め出し、ブラッシング指導
113	南魚沼市	デンタルケア	親子すこやか教室	南魚沼市健康推進課	保育園8園	9～11月			025-773-6811	南魚沼市民	栄養士、歯科衛生士による栄養指導、歯科健康教育、仕上げみがき指導
114	南魚沼市	デンタルケア	歯と口の健康教室	南魚沼市健康推進課	小学校7校 中学校4校	9～11月			025-773-6811	南魚沼市民	歯科衛生士による歯科健康教育、歯垢染め出し、ブラッシング

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
115	南魚沼市	デンタル ケア	口腔講演会	南魚沼市健康推進課	地域活動Ⅰ型 栄養教室 市民ふれあい講座	9～11月			025-773-6811	南魚沼市民	歯科衛生士による歯科健康 教育、歯垢染め出し、ブラッ ッシング
116	南魚沼市	運動	南魚沼健康ポイント	南魚沼市健康推進課		～R9年2月28 日			025-773-6811	南魚沼市民	継続して健康づくりに取り組 み、運動を習慣化することを 目的とした事業です。日々の 運動や、ポイント対象イベン トに参加して50ポイントため て応募すると、抽選で素敵な 景品が当たる。
117	十日町市	食生活	住民健診時食生活改善コー ナー	十日町市 (健康づくり推進課)	十日町保健センター	9/1～9/4	8:30～15:00		十日町市健康づくり 推進課成人保健係 025-757-9764	健診受診者	食生活改善コーナーを設け、 減塩や食事バランス等につ いて知識啓発を行う
118	十日町市	運動	とおかまち健康ポイ活 「秋のチーム対抗ウォーク フェス」	十日町市 (健康づくり推進課)	—	9月～10月 (予定)		ホームページ 作成中	十日町市健康づくり 推進課成人保健係 025-757-9764	全市民	「にいがたヘルス&スポー ツマイレージ事業(県事業)」 を活用し、事業のポイント対 象となる市独自の健康関連 イベントを開催します。
119	十日町市	運動	市報とおかまち9月10日号 掲載	十日町市 (健康づくり推進課)	—	9月10日		ホームページ 作成中	十日町市健康づくり 推進課成人保健係 025-757-9764	全市民	健康とおかまち21のコー ナーにて「とおかまち健康 ポイ活」事業に関する記事 を掲載します。
120	十日町市	デンタル ケア	保育園歯科保健教育	十日町市 (健康づくり推進課)	市内保育園(1園)	9月17日			十日町市健康づくり 推進課母子保健係 025-757-9759	年長・年中児 とその保護者	歯科保健教育と ブラッシング指導
121	十日町市	デンタル ケア	市報とおかまち11月10日 号掲載	十日町市 (健康づくり推進課)	—	11月10日		ホームページ 作成中	十日町市健康づくり 推進課母子保健係 025-757-9759	全市民	健康とおかまち21のコー ナーにて「小児のむし歯 予防」に関する記事を掲 載します。
122	津南町	運動	広報つなん9月20日号掲 載	津南町福祉保健課	指定なし	9月20日			025-765-3112	津南町民	いきいき大好き津南町コ ーナーで、健康づくりに関 する記事を掲載。
123	津南町	検診	広報つなん10月20日号掲 載	津南町福祉保健課	指定なし	10月20日			025-765-3112	津南町民	いきいき大好き津南町コ ーナーで、がん対策強化月 間や11月の総合健(検)診 の案内などの記事を掲 載。
124	津南町	検診	総合健(検)診	津南町福祉保健課	津南町総合センター	11月6日(金) 11月7日(土)	受付 8:30～11:00		025-765-3114	津南町内の健 診(検診)未受 診者	一般・特定健診 肺・胃・大腸・前立腺がん 検診

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
125	津南町	食生活	健康フェア	津南町福祉保健課	津南町役場	11月7日(土)	10:00～14:00		025-765-3114	津南町民	測定や健康相談、展示コーナー等を設け、健康づくりに関する情報発信を行う。
126	津南町	検診	乳がん・子宮がん検診	津南町福祉保健課	津南町保健センター	11月21日(土)	受付 9:00～11:00		025-765-3114	乳がん:町内 40歳以上の女性 子宮頸がん: 町内20歳以上の女性	乳がん、子宮頸がん検診
127	刈羽村	検診	健康相談会	刈羽村役場福祉保健課	各集落センター	9～11月の指 定日	午前または午 後	なし(対象者に個別 通知)	刈羽村福祉保健課 0257-45-3916	特定健診(個 別、65歳以上) 受診者	保健師、栄養士による健診結 果説明と健康相談
128	刈羽村	その他	窓口健康・栄養相談	刈羽村役場福祉保健課	刈羽村役場	9月14日 10月19日 11月16日	8:30～17:15	広報かりわ、村ホー ムページ	刈羽村福祉保健課 0257-45-3916	希望者	・保健師によるこころと体の健 康相談 ・栄養士による栄養相談
129	妙高市	その他	慢性腎臓病(CKD)予防講演会	妙高市健康保険課	妙高市役所	11/21(土)	午後		0255-74-0013	妙高市民	新潟大学医歯学総合病院教 授を講師としてお招きし、慢性 腎臓病についての理解を深 める講演会を実施。
130	妙高市	その他	健康相談会	妙高市健康保険課	妙高市役所	①9/24(木) ②10/14(水) ③11/18(水)	9:00～12:00 ※相談時間は 一人20分程度	https://www.city.myo-ko.niigata.jp/docs/58797.html	0255-74-0013	妙高市民	保健師や管理栄養士による 生活習慣病予防をはじめとし た健康全般の相談会を実施。
131	妙高市	食生活	イベント会場での減塩啓発 ①妙高高原スポーツフェスティバル ②グットライフフェア ③妙高ふるさとまつり	妙高市役所健康保険課 ※イベントの主催は、 ①一般社団法人妙高高 原さわやか協議会 ②妙高市役所環境生活 課 ③NPO法人ふるさとづく り妙高	①妙高高原スポーツ広場 ②新井ふれあい会館 ③妙高ふれあいパーク	①9/27(日) ②10/3(土) ③10/24(土)	①12:00～16:00 ②10:00～16:00 ③9:00～13:30		0255-74-0013	どなたでも	【展示】 ・塩分モデルや減塩商品の 展示 【体験】 ・減塩クイズの実施 【試食】 ・味噌汁の飲み比べ
132	上越市	食生活	健診会場でのバランス食及び減塩 の啓発	上越市健康づくり推進 課及び上越市食生活改 善推進員会	各健診会場	9/1～4、10/1、 2、14、15、23、 26～30、11/24 ～27	9:00～15:30		上越市健康づくり推 進課(025-520-5840)	健診を受診し た一般市民	内容:健診会場で1日の食品 の目安料と減塩食品の啓発 を行う
133	上越市	食生活	市役所食堂でのスマートミール弁当 の提供	上越市健康づくり推進 課及び上越市役所食堂 いかや亭	上越市役所食堂	9/1～11/30の 平日	11:00～13:30		上越市健康づくり推 進課(025-520-5840)	上越市役所食 堂利用者	1食の中で主食、主菜、副菜 がそろい、野菜たっぷり食塩 の摂りすぎにも配慮した栄養 バランスのとれた食事の提供
134	上越市	食生活	市役所食堂での減塩定食(減塩メ ニュー)の提供	上越市健康づくり推進 課及び上越市役所食堂 いかや亭	上越市役所食堂	9/7、17、10/7、 27、11/17、27	11:00～13:30		上越市健康づくり推 進課(025-520-5840)	上越市役所食 堂利用者	JSH(日本高血圧学会)減塩 食品リスト掲載の減塩調味料 を活用した減塩定食の提供。 合わせて減塩や減塩食品の 啓発を行う

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
135	上越市	その他	直江津地区健康づくり推進活動チーム研修会	上越市健康づくり推進課	レインボーセンター	9月17日	14:00～15:30		上越市健康づくり推進課(025-520-5840)	直江津地区の健康づくりリーダー、食生活改善推進員、運動普及推進員	地区の健康課題を共有し、健康づくりの取組について考える
136	上越市	その他	名立区健康づくり推進活動チーム研修会	上越市健康づくり推進課	名立地区公民館	11月予定			上越市健康づくり推進課(025-520-5840)	名立区の健康づくりリーダー、食生活改善推進員、運動普及推進員	地区の健康課題を共有し、健康づくりの取組について考える
137	上越市	その他	市民公開講座	上越市健康づくり推進課	上越市市民プラザ	11月21日	13:00～16:00		上越市健康づくり推進課(025-520-5840)	市民	高血圧予防をテーマにした講演を実施し、体験ブースを設ける
138	上越市	その他	南三プラザ25周年記念・三世代交流フェスティバル	南三世代交流プラザ	南三世代交流プラザ前	9月26日	13:30～19:00		南三プラザ(025-521-3737)	市民	食生活改善推進員・運動普及推進員による健康づくりコーナーを設置
139	糸魚川市	運動	みんなでチャレンジ・チームウォーキングマッチ	糸魚川市健康増進課		9月14日(月)～9月20日(日)		https://www.city.itoigawa.lg.jp/page/26679.html	糸魚川市健康増進課健康づくり係 025-552-1511(代)	市内の企業・団体・家族等	スマートフォンアプリを活用し、市内の企業・団体・家族等で参加者を募り、チーム対抗で平均歩数を競うウォーキングイベント
140	糸魚川市	運動	みんなでチャレンジ・健康ウォーキング(第3弾)	糸魚川市健康増進課		10月5日(月)～10月11日(日)			糸魚川市健康増進課健康づくり係 025-552-1512(代)	糸魚川市民または糸魚川市内に勤務する18歳以上の方	スマートフォンアプリを活用し、目標歩数達成を目指す個人参加型のウォーキングイベント
141	糸魚川市	運動	健康づくりセンター「はびねす」スポーツの日無料開放	糸魚川健康づくりパートナーズ(健康づくりセンター指定管理者)	糸魚川市健康づくりセンター	10月12日(月)	9:00～22:00 (7月31日時点の予定)	https://information.konamisportsclub.jp/trust/itoigawa/	糸魚川市健康づくりセンター 025-561-7788	市民	フィットネスルームやプール、お風呂の施設利用、スタジオプログラムが無料となります。
142	糸魚川市	その他	地域医療フォーラム2026	糸魚川市健康増進課	ピーチホールまがたま	11月1日(日)	13:30～		糸魚川市健康増進課地域医療対策係 025-552-1511(代)	市民	未定
143	新潟市	運動	新潟市秋の事業所ウォーキングチャレンジ	新潟市保健所健康増進課		10月8日(木)～10月28日(水)		https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kenko/undo/walkingchallenge/R8WCautumn.html	新潟市保健所健康増進課 025-212-8154	新潟市内に営業拠点がある事業所(1事業所5名以上)	期間中歩数を記録しながら、歩数アップにチャレンジする。
144	新潟市	運動	新潟市市民ウォーキングチャレンジ	新潟市保健所健康増進課		10月8日(木)～10月28日(水)		https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kenko/undo/s-walkingchallenge/2026wcshimin.html	新潟市保健所健康増進課 025-212-8154	18歳以上の新潟市民(在勤・在学を含む)	新潟県健康アプリ「グッピーヘルスケア」を使って、期間中の歩数を記録し、歩数アップにチャレンジする。

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
145	新潟市	運動	転倒予防講座(亀田ウォーキング倶楽部)	新潟市保健所健康増進課	イオン新潟亀田インターマリンコート	9月24日(木)	10:30～11:30	https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kenko/undo/s-walkingchallenge/2020wcshimin.html	新潟市保健所健康増進課 025-212-8154	どなたでも	イオン新潟亀田インターを会場に座学と実践でウォーキングを学ぶもの。 既に同会場で実施する亀田ウォーキング倶楽部に今回のみ新潟市が共催する形で実施する。
146	新潟市	食生活	アルビde食育・健康づくり事業・ホームゲームでの市民ウォーキングチャレンジ及び減塩普及啓発	新潟市保健所健康増進課	HARD OFF ECO スタジアム新潟	10月3日(土)	10:00～14:00 予定		新潟市保健所健康増進課 025-212-8166	どなたでも	農林水産部食と花の推進課、教育委員会保健給食課、保健衛生部保健所健康増進課の3課とアルビレックス新潟との連携にて、ホームゲームの機会を活用し食育・健康づくりの普及啓発を行う。
147	新潟市	食生活	生活習慣病予防教室「血管げんき塾」	新潟市北区健康福祉課	北地区コミュニティセンター	①9月4日(金) ②10月1日(木)	14:00～16:00		新潟市北区健康福祉課健康増進係 025-387-1340	新潟市民	生活習慣病(脳血管疾患・高血圧・糖尿病)の重症化予防に関する講話、推定塩分摂取量の検査、運動の実践
148	新潟市	食生活	食のミニ教室～野菜deちよいしお生活のすすめ～	新潟市北区健康福祉課	早通コミュニティセンター	9月7日(月)	10:00～12:00		新潟市北区健康福祉課健康増進係 025-387-1340	新潟市民	栄養士の講話、簡単な体操、減塩を意識したレシピを用いた調理実習・試食
149	新潟市	運動	始めよう運動！健康づくりスタートセミナー	新潟市北区健康福祉課	①豊栄健康センター ②北地区公民館	①9月30日(水)、10月27日(火)、11月25日(水) ②9月8日(火)、10月13日(火)、11月10日(火)	13:30～15:30		①新潟市北区健康福祉課地域保健福祉担当 025-387-1345 ②新潟市北地域保健福祉センター 025-387-1781	40～70歳代の新潟市民	運動効果の話、基本の姿勢・歩き方、ストレッチ、筋カトレーニング、有酸素運動
150	新潟市	食生活	血糖値ダウンセミナー	新潟市東区健康福祉課	東区プラザ	①10/13(火) ②10/26(月) ③11/11(水)	①②③9:30～11:30		新潟市東区健康福祉課健康増進担当 025-250-2350	個別案内通知を送付した方、血糖値が高い40～74歳の東区民	①糖尿病専門医の講話「糖尿病予防の基礎知識」 ②管理栄養士の講話「糖尿病予防及び食事の取り方のポイント」 ③健康運動指導士の講話と実技「糖尿病予防の運動と実技指導」
151	新潟市	食生活	健康ミニ講座	新潟市東区健康福祉課	石山地域保健福祉センター	10月6日(火)	13:00～14:30		新潟市東区石山地域保健福祉センター 025-250-2901	東区区民	ラジオ体操、食育SATシステムによる健康教育
152	新潟市	運動	はじめよう運動セミナー	新潟市中央区健康福祉課	新潟市陸上競技場	9月3日(木) 10月19日(月) 11月20日(金)	10:00～11:40		新潟市中央区健康福祉課健康増進係 025-223-7246	中央区在住でおおむね75歳までの人	・運動に関するミニ講話 ・効果的な筋カトレーニング、ウォーキング、ストレッチの体験
153	新潟市	食生活	基本の体づくりセミナー	新潟市中央区健康福祉課	新潟市陸上競技場	10月14日(水) 11月10日(火)	9:30～11:45		新潟市中央区健康福祉課健康増進係 025-223-7246	中央区在住でおおむね76歳までの人	・生活習慣病予防のための食事の話 ・簡単なストレッチ、筋カトレーニングの実技

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時		URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容
154	新潟市	食生活	食生活ヘルシー講座～食べて実感！ちょっとのコツで健康ごはん～	新潟市中央区健康福祉課、新潟市食生活改善推進委員協議会中央支部	東地域保健福祉センター 食育花育センター 南地域保健福祉センター	9月15日(火) 9月29日(火) 11月10日(火)	10:00～13:00		新潟市中央区健康福祉課健康増進係 025-223-7246	新潟市民	講話(バランス食・減塩)調理実習・試食
155	新潟市	その他	いきいきヘルシー講座	新潟市江南区健康福祉課	①江口自治会館②木津研修センター③都町会館④早通神明会館⑤割野集落開発センター⑥砂岡会館	①9月4日(金) ②9月8日(火) ③9月8日(火) ④9月10日(木) ⑤9月26日(土) ⑥9月29日(火)	①②⑥10:00～11:00 ③④⑤13:30～14:30		新潟市江南区健康福祉課地域保健福祉担当 025-382-4138	会の参加者	フレイル予防、健診受診勧奨、運動・栄養・認知症予防の実技と講話、体組成計測定
156	新潟市	運動	運動でヘルスアップ	新潟市江南区健康福祉課	①亀田総合体育館 ②横越総合体育館	①9月28日(月) ②11月19日(木)	13:30～15:00		新潟市江南区健康福祉課健康増進係 025-382-4316	新潟市民	運動と講話
157	新潟市	食生活	生活習慣病予防教室(血管イキイキ大作戦！～動脈硬化を防ごう～)	新潟市江南区健康福祉課	亀田健康センター	10月7日(水) 10月14日(水) ※2回1コース	13:30～15:30		新潟市江南区健康福祉課健康増進係 025-382-4316	新潟市民	生活習慣病予防、栄養・運動の講話と実技
158	新潟市	運動	健康ミニ教室	新潟市秋葉区健康福祉課	①秋葉区役所 ②新津健康センター	①9月17日(木) ②11月20日(金)	9:30～11:30		新潟市秋葉区健康福祉課健康増進係 0250-25-5686	18歳以上の市民	生活習慣病に関する講義と運動の体験
159	新潟市	食生活	笑顔健康クッキング	新潟市秋葉区健康福祉課	①④新津健康センター ②荻川コミュニティセンター ③新津地区勤労青少年ホーム	①9月25日(金) ②10月20日(火) ③11月9日(月) ④11月26日(木)	①③10:00～12:00 ②④9:30～12:00		新潟市秋葉区健康福祉課健康増進係 0250-25-5686	18歳以上の市民	高血糖予防、減塩に関する講義と調理、試食または調理実習なしの味見
160	新潟市	食生活	健康相談	新潟市南区健康福祉課	新潟市南区役所4階講堂	9月16日(水) 10月21日(水) 11月18日(水)	9:00～12:00	https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kenko/vobo_kenshin/kenko_dokuri-sonota/kenko_sodan.html	新潟市南区健康福祉課健康増進係 025-372-6385	特定健診等の結果から特定保健指導の非該当者で保健指導を希望する方および指導が必要と思われる方	生活、食事、運動等の指導
161	新潟市	女性の健康	骨粗しょう症予防相談会	新潟市南区健康福祉課	白根健康福祉センター	9月3日(木) 11月5日(木)	9:40～14:40	https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kenko/vobo_kenshin/kenko_dokuri-sonota/kotsusosho.html	新潟市南区健康福祉課健康増進係 025-372-6385	18歳以上の市民	骨密度測定、骨粗しょう症予防のための健康相談
162	新潟市	食生活	健康増進普及講習会	新潟市(各区) 新潟市食生活改善推進協議会	白根健康福祉センター	9月9日(水)	10:00～		新潟市南区健康福祉課健康増進係 025-372-6385	新潟市民	健康づくりのための栄養講座

市町村

	市町村名	分野	名称(事業名)	主催者(団体)	場所	日時	URL (事業の告知先)	主催者問い合わせ先	対象	事業内容	
163	新潟市	運動	フレイルチェック	新潟市南区健康福祉課	①月潟健康センター ②大通地域生活センター ③白根健康福祉センター	①9月8日(火) ②9月18日(金) ③9月29日(火)	13:30～15:30		新潟市南区健康福祉課健康増進係 025-372-6385	65歳以上の市民	握力や筋肉量、活舌などについて機器を使って測定、健康チェック
164	新潟市	食生活	糖尿病予防相談会	新潟市南区健康福祉課	新潟市南区役所4階講堂	9月16日(水) 11月18日(水)	9:00～11:45		新潟市南区健康福祉課健康増進係 025-372-6385	新潟市南区民、特定健診受診者40～74歳のうち、HbA1c6.0～6.9で糖内服なしの者	糖尿病予防のための食事相談および健康相談
165	新潟市	運動	はかろう体重！あるこう南区！大作戦	新潟市南区健康福祉課	南区役所健康福祉課	9月1日(火)～11月30日(月)	8:30～17:30	https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/kuinfo/kurashi_minami/kenko/hakarotaiju.html	新潟市南区健康福祉課健康増進係 025-372-6385	南区在住の方・南区に在学在勤の方	30日分の歩数や体重計測結果を書いたカードを持参すると、達成賞がもらえる
166	新潟市	運動	からだ測定！体操教室	新潟市西蒲区健康福祉課	巻地域保健福祉センター	9月2日(水)	13:30～15:00		新潟市西蒲区健康福祉課健康増進係 0256-72-8380	新潟市民	血圧・血管年齢・体組成測定、理学療法士による講話「再確認！ウォーキングの基本」・体操・個別相談
167	新潟市	運動	からだ測定！体操教室	新潟市西蒲区健康福祉課	巻地域保健福祉センター	10月15日(木)	9:30～11:00		新潟市西蒲区健康福祉課健康増進係 0256-72-8380	新潟市民	血圧・血管年齢・体組成測定、理学療法士による講話「良い睡眠と運動の関係」・体操・個別相談
168	新潟市	運動	にしかんウォーキングチャレンジ	新潟市西蒲区健康福祉課	どこでも	9～11月			新潟市西蒲区健康福祉課健康増進係 0256-72-8380	西蒲区民	期間中の歩数等を専用手帳に記録し、西蒲区健康福祉課健康増進係に提出。後日、結果通知書と参加賞を返送。
169	新潟市	運動	健康いきいき教室①	新潟市西蒲区健康福祉課	巻地域保健福祉センター	10月5日(月)	13:30～15:30		新潟市西蒲区健康福祉課健康増進係 0256-72-8380	西蒲区民	生活習慣病予防およびフレイル予防のための運動講義と実技
170	新潟市	デンタルケア	健康いきいき教室②	新潟市西蒲区健康福祉課	巻地域保健福祉センター	10月19日(月)	13:30～15:30		新潟市西蒲区健康福祉課健康増進係 0256-72-8380	西蒲区民	生活習慣病予防および歯周疾患予防・オーラルフレイル予防のための講義と実技
171	新潟市	食生活	健康いきいき教室③	新潟市西蒲区健康福祉課	巻地域保健福祉センター	11月9日(月)	13:30～15:30		新潟市西蒲区健康福祉課健康増進係 0256-72-8380	西蒲区民	生活習慣病予防およびフレイル予防のための食生活の講義