

令和5年度 健康立県にいがた推進強化期間の取組（10月開始）

	開催日程	名称(事業名)	場所	事業内容(対象、内容等)	主催者 問い合わせ先	URL (事業の告知先)
91	10月1日(日) ～31日(火)	つばめ元気がやきポイント事業 「1か月短期集中キャンペーン」		対象:市民全般、在勤・在学者 内容: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、抽選に参加できます。 従来は9か月間の取組であるが、10月の1か月限定版。	燕市健康福祉部 健康づくり課 (燕市保健センター) 0256-93-5461	<a href="https://www.city.tsubame.niigata.jp/kenko/kenko/2/75/9336.html">https://www.city.tsubame.niigata.jp/kenko/kenko/2/75/9336.html</a>
92	10月1日(日)	見附ウォーキングまつり2023	見附運動公園多目的グラウンド	「スマートウエルネスみつけ」推進のため「市民一人1スポーツ」の実現を目指し、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。	見附市スポーツ協会・ミズノグループ他 0258-62-3661	<a href="http://www.mitsuke-sports.com/mitsuke_kyokai/">http://www.mitsuke-sports.com/mitsuke_kyokai/</a>
93	10月1日(日) ～11月31日(木)	目指せ！チーム101万歩(秋季)	指定なし	対象:18歳以上(学生を除く)の津南町民または町内に勤務している方 内容:3～5人1組のチームを編成し、30日間歩数の合計で「100万歩」を目指す	津南町福祉保健課 025-765-3114	<a href="https://www.town.tsunan.niigata.jp/soshiki/fukushihoken/100manpo.html">https://www.town.tsunan.niigata.jp/soshiki/fukushihoken/100manpo.html</a>
94	10月2日(月) ～31日(火)	スマホde 地域対抗ウォークラリー	指定なし	期間中の歩数を地域対抗で競うスマホを用いたウォーキングイベント	津南町福祉保健課 025-765-3114	
95	10月2日(月)	喫煙防止講演会	八海中学校	対象:八海中学校2年生 内容:たばこの害について 講師:萌気園浦佐診療所 院長 黒岩巖志医師	南魚沼市保健課 TEL025-773-6811	
96	10月2日(月)～15日(日)	令和5(2023)年度地区体協対抗ウォーキング大会 「体協対抗ウォー王(キング)決定戦」	柏崎市内	スマートフォンアプリ(グッピーヘルスケア)を活用したウォーキングイベント。参加者は各地域の体育協会をチームで歩いた歩数をアプリ内で競い合います。	柏崎市教育委員会 スポーツ振興課 0257-20-7010	<a href="https://www.city.kashiwazaki.lg.jp/soshikiichiran/kyoikuiinkai/sportsshinkoka/6/1/36514.html">https://www.city.kashiwazaki.lg.jp/soshikiichiran/kyoikuiinkai/sportsshinkoka/6/1/36514.html</a>
97	10月2日(月) ～11月27日(月) 毎週月曜日	転ばぬ筋力アップ教室	新潟リハビリテーション大学 F棟	対象:村上市老人クラブ連合会に加入している地域高齢者 内容:転倒予防を目的とした、筋力向上および認知症予防トレーニング	新潟リハビリテーション大学 0254-56-8292	
98	10月3日(火)	大人の食育講座 ～高血圧予防の毎日ごはん～	ふぁみりあ	対象:一般市民 講師:ますがたみき氏 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。	ふぁみりあ 0258-62-1915	<a href="https://www.city.mitsuke.niigata.jp/24573.htm">https://www.city.mitsuke.niigata.jp/24573.htm</a>
99	10月3日(火)	健康&体力測定会	アオーレ長岡アリーナ	骨密度、血管年齢、体組成などの測定会	長岡市健康増進課 0258-39-7508	
100	10月3日(火)～5日(木)	乳がん・子宮がん・骨密度健診時食生活改善コーナー	十日町保健センター	対象:健診受診者 内容:食生活改善コーナーを設け、「はじめよう、けんこうtime」リーフレットに基づき、減塩や食事バランス等について知識啓発実施	十日町市健康づくり推進課 025-757-9764	
101	10月6日(金)	第38回がん征圧新潟県大会	加茂文化会館	がん撲滅を目指し、県民に正しいがんに関する知識とがん検診の重要性を広く啓発するために、体験談や講演を通じて、がんについて理解を深めます。	新潟県健康づくり財団	<a href="https://www.nhf.or.jp">https://www.nhf.or.jp</a>
102	10月7日(土)	食育フェア	マナボーテ村上	減塩や栄養バランスの良い食事の大切さを普及啓発するため、調理体験、試食の提供、食育のパネル展示等を行います。	村上市朝日支所 地域振興課地域福祉室 0254-72-6887	
103	10月7日(土)	JA北魚沼大農業祭×食まちうおぬま ～自然の恵みに感謝を2023～	響きの森公園内コロシアム	健康機器の測定体験会(血管年齢及びベジチェック)やアンケート実施及びリーフレット配布など食の正しい知識の普及啓発を行うことを目的として実施 魚沼地域振興局の出展ブースでは、健康立県やからだがよろこぶふり等について情報発信します。	魚沼市健康増進課 025-792-9763	
104	10月7日(土)	食育を通じた住民への普及啓発活動	村上市生涯学習推進センター(中央公民館、村上地区公民館)「マナボーテ」	対象:村上市民 内容:村上市主催のむらかみ食育フェアにおける食育を通じた健康づくりに係る普及啓発媒体の掲示・配布等	村上地域振興局 健康福祉部 0254-53-8368	
105	10月8日(日)	おちや健康講演会	小千谷市民会館	健康づくりに関する講演会 テーマ:「病気になる人 ならない人」 講師:おおたわ史絵さん ※あわせて健康測定体験コーナーも設置	小千谷市健康・子育て応援課 0258-83-3640	
106	10月8日(日)	八色の森市民祭りでの食育推進事業	八色の森公園	対象:南魚沼市民 内容:血管年齢測定、健康相談、減塩レシピ配布等。保健所の口腔についての啓発も合同で行う予定。	南魚沼市保健課 025-773-6811	
107	10月9日(月)	健康づくりマイストーリー講座	吉田産業会館	テーマ:～今こそ大切な健康づくり～ 地域医療で学んだ人生100年時代の健康学 講師:中村 伸一(医師)	燕市健康福祉部 健康づくり課 (燕市保健センター) 0256-93-5461	<a href="https://www.city.tsubame.niigata.jp/soshiki/kenko_fukushi/1/3/100/13847.html">https://www.city.tsubame.niigata.jp/soshiki/kenko_fukushi/1/3/100/13847.html</a>
108	10月11日(水) ～31日(火)	新潟市事業所ウォーキングチャレンジ秋		対象:新潟市内に営業拠点がある事業所(1事業所5名以上) 内容: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。	新潟市保健所健康増進課 025-212-8166	<a href="https://www.city.niigata.lg.jp/iryu/kenko/undo/walkingchallenge/R5WCautumn.html">https://www.city.niigata.lg.jp/iryu/kenko/undo/walkingchallenge/R5WCautumn.html</a>
109	10月11日(水) ～31日(火)	新潟市市民ウォーキングチャレンジ		対象:18歳以上の新潟市民(在勤・在学を含む) 内容: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。	新潟市保健所健康増進課 025-212-8166	<a href="https://www.city.niigata.lg.jp/iryu/kenko/undo/2023wcs_himin.html">https://www.city.niigata.lg.jp/iryu/kenko/undo/2023wcs_himin.html</a>
110	10月12日(木) ・26日(木) ・11月30日(木)	新潟大学医学部健康講座塾	水原保健センター研修室	新潟大学医学部の様々な分野から講師による健康増進や病気の悪化予防のための講演 対象:阿賀野市在住・在勤者	阿賀野市健康推進課 健康づくり係 0250-62-2510	<a href="https://www.city.agano.jp">https://www.city.agano.jp</a>
111	10月14日(土)	JAみなみ魚沼女性部合併5周年作品展示会	JAみなみ魚沼本店	対象:南魚沼市民 内容:血管年齢測定、骨年齢測定、健康相談等	JA女性部 025-788-1314	
112	10月14日(土)・15日(日)	とおかまち産業発信フェア2023	クロスステン	一般住民を対象に、健康立県にいがたプロモーション(けんこうtime)の設定、クイズ等)生活習慣病予防の取組について普及啓発します。 体験型ブースの設定(血圧測定、握力計、咀嚼力判定ガム、ストレスチェック等)、糖尿病発症・重症化予防のパネル展示やチラシを配布します。	主催:十日町商工会議所 ブース出展:十日町地域振興局健康福祉部 025-757-2401	
113	10月15日(日)	あさひ祭り	みどりの里 屋根付き多目的広場	減塩や栄養バランスの良い食事の大切さを普及啓発するため、会場に食生活改善推進委員による食育ブースを設置します。	村上市朝日支所 地域振興課地域福祉室 0254-72-6887	
114	10月15日(日)	防災訓練を通じた住民への災害時の食に係る普及啓発活動	関川村ふれあいドーム	対象:関川村民 内容:新潟県と関河村が合同開催する新潟県・関川村総合防災訓練における災害時の食を通じた健康づくりに係る普及啓発媒体の展示・配布等 (一社)新潟県栄養士会と共同で実施)	村上地域振興局 健康福祉部 0254-53-8368	
115	10月15日(日)	ピンクリボンホリデー2023	新潟ユニゾンプラザ	新潟県女性のマンモグラフィ検診の受診率を向上し、がんの早期発見を実現、乳がんが悲しむ人を一人でも減らします。 一般市民の乳がんへの関心を高め、自治体・医療関係者・一般市民の三者が一体となって乳がんに負けない新潟をつくりたい。	新潟はっぴー乳ライフ (事務局:(公財)新潟県健康づくり財団)	<a href="https://www.nhf.or.jp/pinkribbon_niigata/">https://www.nhf.or.jp/pinkribbon_niigata/</a>
116	10月16日(月)	城の山古墳と柴橋の歴史探訪ウォーキング	柴橋地区のウォーキングコース	対象:一般市民 内容:胎内いとこ巡りマップ第2弾掲載の「城の山古墳と柴橋の歴史探訪コース」を歩き、元気づくりプログラムのPRも行います。	胎内市健康づくり課 0254-44-8680	
117	10月16日(月)	喫煙防止講演会	大和中学校	対象:大和中学校2年生 内容:たばこの害について 講師:萌気園浦佐診療所 院長 黒岩巖志医師	南魚沼市保健課 025-773-6811	
118	10月16日(月) ～29日(日)	柏崎市内企業ウォーキング対抗戦 「めざせ！かしわぎウォー王(キング)」	柏崎市内	スマートフォンアプリ(グッピーヘルスケア)を活用したウォーキングイベント。企業や事業所に勤務する従業員がチームで歩いた歩数をアプリ内で競い合います。	柏崎市教育委員会 スポーツ振興課 0257-20-7010	<a href="https://www.city.kashiwazaki.lg.jp/soshikiichiran/kyoikuiinkai/sportsshinkoka/6/1/36512.html">https://www.city.kashiwazaki.lg.jp/soshikiichiran/kyoikuiinkai/sportsshinkoka/6/1/36512.html</a>
119	10月16日(月) ～11月5日(日)	にいがたウォーキング秋の大運動会		「グッピーヘルスケアアプリ」を使用し、企業・団体でご参加いただく歩数対抗戦を実施。歩数が多いチーム・個人の上位入賞者には賞品を進呈。	日本生命新潟支社 025-241-6623	
120	10月17日(火)	支援センター調理実習	さんぼく会館	乳児の保護者を対象に、離乳食についての講話と、離乳食の調理実習を行います。	村上市山北支所 地域振興課地域福祉室 0254-77-3113	
121	10月17日(火) ～14日(火)毎週火曜日	歩くだけで脳トレ教室	市民体育館小ホール	スクエアステップの実施	長岡市健康増進課 0258-39-7508	

令和5年度 健康立県にいがた推進強化期間の取組（10月開始）

	開催日程	名称(事業名)	場所	事業内容(対象、内容等)	主催者 問い合わせ先	URL (事業の告知先)
122	10月18日(水)・25日(水)	食育総合講座「みんなの食育塾」 一人暮らしや忙しい人のための食育講座(2回コース)	さいわいプラザ	「時短料理・冷凍のコツ・冷凍を活用した料理」の講話・調理実習 対象:どなたでも	長岡市健康増進課 0258-39-7508	
123	10月18日(水)	第3回健康経営オンラインセミナー	新潟日報メディアプラスより配信	健康経営サポート会員を対象としたセミナー。テーマは「食」。佐渡市の越佐ロード、岐阜県大垣市の大垣タクシーが先進的な取り組み事例を紹介しします。	新潟日報社統合推進センター 025-385-7473	<a href="https://www.niigata-nippo-kenko.com/">https://www.niigata-nippo-kenko.com/</a>
124	10月19日(木)	“ちょこっと”筋トレ講習会	総合福祉センター	三条市オリジナル“ちょこっと”筋トレを体験していただける三条市民を募集します。 講師:新潟医療福祉大学の佐藤教授 内容:実施前後に体力測定と筋トレ指導、講話 対象:74歳以下の市民で医師から運動を禁止されていない人 ※1、2回目とも参加可能な方が対象	三条市健康づくり課 保健指導係 0256-34-5445	<a href="https://www.city.sanjo.niigata.jp/kenko_fukushi/kenshin_yobosesshu/sejinnokenkoku_oshitsu_kenkosodan/9690.html">https://www.city.sanjo.niigata.jp/kenko_fukushi/kenshin_yobosesshu/sejinnokenkoku_oshitsu_kenkosodan/9690.html</a>
125	10月20日(金)	第2回市民講座 フットケア編	加茂市役所	講演:「元気で歩くために足のお手入れをしましょう！」 講師:(一社)ライフロングウォーキング推進機構 東都大学 山下和彦教授	加茂市健康福祉課 健康づくり係 0256-52-0080	
126	10月20日(金)	第2回かもヘルスウォーカー育成講座 フットケア編	加茂市役所	健康ポイント事業参加者のリーダー育成講座 講演:「元気で歩くために足のお手入れをしましょう！」 講師:(一社)ライフロングウォーキング推進機構 東都大学 山下和彦教授 対象:かも健康ポイント事業参加者	加茂市健康福祉課 健康づくり係 0256-52-0081	
127	10月20日(金)	広報つなん10月20日号掲載		いきいき大好き津南町コーナーで、がん対策強化月間について掲載	津南町総務課 025-765-3112	
128	10月22日(日) 小雨決行 雨天10月29日に延期	第33回健康ウォーク2023 ～粟ヶ岳を望む宮寄上の棚田を歩く～	加茂市七谷地区宮寄上	粟ヶ岳を望む加茂川上流沿いや棚田の中を約5km歩くウォーキングイベントです。事前申込不要でどなたでも参加できます。 ①ショート(約5km)美人の湯→しいたけの森→諏訪神社→美人の湯(ゴール) ②ロング(約6km)美人の湯→しいたけの森→石動神社→諏訪神社→美人の湯(ゴール) ウォーキングイベントのスタート&ゴール地点には三条健康福祉環境部がブースを出し、健康立県にいがたの周知や禁煙を啓発します。	加茂市健康福祉課・ スポーツ振興課 0256-52-0080 (ブース出店主催者: 三条健康福祉環境部)	<a href="https://www.city.kamo.niigata.jp/docs/30368.html">https://www.city.kamo.niigata.jp/docs/30368.html</a>
129	10月22日(日)	湯沢町ふれあい福祉健康フェスティバル	湯沢カルチャーセンター	テーマ「広げよう健康と福祉とふれあいの和」 町内で活動されているボランティア関係者や福祉・健康に関わる関係機関が一堂に会し健康づくりや福祉についての情報発信・普及啓発を行います。	湯沢町ボランティア 連絡協議会 025-784-4111 (湯沢町社会福祉協議会)	<a href="http://yuzawa-syakyoku.jp/index.html">http://yuzawa-syakyoku.jp/index.html</a>
130	10月22日(日)	健康フェスティバル「じょうぶら」	トキのむら元気館	健康に関する意識の醸成を図るため、関係機関、事業者と連携して健康に関するセミナーや体験ブースなどを設け、健康寿命延伸を目指した幅広い年代の市民向けイベント。 県栄養士会による生活習慣病の食事に関する揭示及び栄養相談も実施。	佐渡市健康医療対策課 0259-63-3115	
131	10月25日(水)	離乳食赤ちゃん教室	村上農村環境改善センター	7～8か月児の保護者を対象に、離乳食の進め方や生活リズムについて、試食体験付き離乳食講座を開催します。	村上市保健医療課 0254-53-3364	<a href="https://www.city.murakami.lg.jp/soshiki/32/r5rinyuusyoku.html">https://www.city.murakami.lg.jp/soshiki/32/r5rinyuusyoku.html</a>
132	10月25日(水)	栄養教室	水原保健センター	食生活改善推進委員の養成講座 対象:阿賀野市在住者	阿賀野市健康推進課 健康づくり係 0250-62-2510	<a href="https://www.city.agano.jp">https://www.city.agano.jp</a>
133	10月26日(木)	CKD予防講演会 ～知らない怖いCKD(慢性腎臓病)～	南魚沼市役所本庁舎	対象:R4年度基礎健診受診者のうち、腎専門医への受診勧奨に該当する者 内容:慢性腎臓病の基礎知識と予防のポイント 講師:南魚沼市民病院 透析センター長 田部井薫医師	南魚沼市保健課 025-773-6811	
134	10月27日(金)	新潟市健康フェスタ	新潟市西区	イオン新潟西店で健康イベントの実施 100名参加予定	西新潟健診プラザ	
135	10月28日(土)	医療・健康講座 in メディアシップ③	新潟日報メディアシップ6階ナレッジルーム	第3回テーマ:統合医療四方山話 ～統合医療を活用し、健康的に生きる知恵～ 講師:新潟薬科大学医療技術学部臨床検査学科 一柳 孝司 教授	新潟薬科大学 地域連携推進室 0250-28-5421	<a href="https://www.nupals.ac.jp/news/news-12141/">https://www.nupals.ac.jp/news/news-12141/</a>
136	10月29日(日)	福祉・介護・健康フェア(長岡)	ながおか花火館	各分野の専門家による講演会やブース出展など。「人と人、世代をつなぐ地域共生社会の実現のために」をスローガンに福祉・介護・健康に関する情報を発信します。	新潟日報社 統合推進センター 025-385-7473	<a href="https://www.fkkfair-niigata.jp">https://www.fkkfair-niigata.jp</a>
137	10月	「まるごと下越！」広告掲載	新発田市、村上市、胎内市、聖籠町、旧豊栄市	けんこうtime推進店について、地域住民(特に働く世代)に広く知られている「まるごと下越！」への広告を掲載予定。(村上地域振興局健康福祉部との合同掲載)	新発田地域振興局 健康福祉環境部 0254-26-9132	
138	10月	「無理なく気軽に食育！」リーフレットの配布による啓発		管内の保育園、認定こども園、幼稚園に通園する子の保護者に向け、園を通じてリーフレット等の配布 また、上記以外の給食施設に対し、メールで同リーフレットデータを送信し、従業員等への周知回覧を依頼	魚沼地域振興局 健康福祉部 025-792-8612	
139	10月	FMうおぬま・UTビ放送		推進強化期間、からだがよろこぶデリキャンペーン等についてラジオで周知	魚沼地域振興局 健康福祉部 025-792-8612	
140	10～11月	高校生マジやさいレシピコンテスト事業	・市内高等学校(3カ所) ・市内公共施設(2カ所) ・糸魚川地域振興局	若い世代からの生活習慣病予防対策のため、糸魚川市内高等学校の家庭科授業と運動させ、生徒(約370名)へ健康立県にいがた県民運動を含めた健康に配慮した食生活に関する食育講話を実施。 また、高校生が考案した野菜レシピのコンテストを開催し、併せて健康立県プロモーション事業に関してコンテスト投票会場で媒体展示・情報掲載する等により、広く地域住民等へ普及啓発を行います。 (対象は高校生・市民等 約900名)	糸魚川地域振興局 健康福祉部 025-553-1933	<a href="https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/itoigawa_kenkou/maziyasai.html">https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/itoigawa_kenkou/maziyasai.html</a>