

令和5年度市町村先駆的  
民間プログラム活用事業

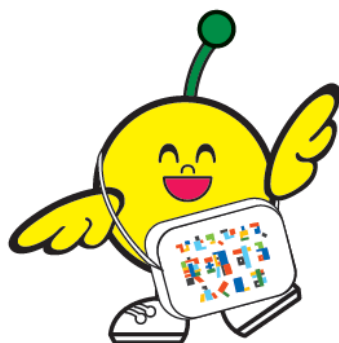
# 活用 事例集

福島県保健福祉部

健康づくり推進課

-----  
令和6年6月

みんなで、  
実現する  
ふくしま



# 目次

1	はじめに.....	1
2	活用事例（市町村名 事業名）.....	2
◆運動(メタボ対策、運動習慣の定着)◆		
鏡石町	RIZAPによる「脱！メタボ！からだ改善プログラム」.....	5
天栄村	天栄村健康づくり推進事業.....	7
石川町	RIZAPヘルスアップセミナー事業.....	11
平田村	ひらた健康アップ事業.....	13
浅川町	RIZAPによるからだ改善トレーニング.....	15
三春町	三春町健康増進プログラム事業.....	17
西郷村	西郷村健康プログラム.....	21
会津若松市	RIZAP健康推進事業.....	25
西会津町	RIZAP×にしあいづ健康セミナー.....	29
双葉町	わくわくウォークプログラム.....	31
◆食事(減塩、野菜摂取、食習慣改善)◆		
桑折町	血糖変動チェックプラン事業.....	35
田村市	働く世代の糖尿病予防プログラム.....	37
白河市	血糖チェックで健康づくり事業.....	39
棚倉町	野菜健幸セミナー.....	41
矢祭町	血糖値から健康を考えよう作戦.....	45
南会津町	カゴメ健康サポートプログラム in みなみあいづ.....	47
広野町	じぶんで血糖チェック.....	49
葛尾村	糖尿病予防セミナー.....	51
◆職場での健康づくり◆		
いわき市	運動プログラム de 生活改善.....	55