

平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（健康推進課）

担当課名：和歌山県健康推進課

T E L : 073-441-2656

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	わかやま健康と食のフェスタ2018	和歌山県	県民	10月14日に、和歌山ビッグウエーブで「わかやま健康と食のフェスタ2018」を開催した。 ○開催概要 ・出展団体：67団体 ・来場者：8,000人 ○内容 ・全市町村の健康づくり取組紹介 ・ウォーキングイベント、ニュースポーツ体験 ・健康推進員活動発表 ・健康づくり優良市町村表彰 ・がん検診受診啓発、肝炎相談 ・「みんなで実践！健康づくり運動ポイント事業」登録会	
2	わかやま健康と食のフェスタ2018	各報道機関	県民	健康づくりの取組（わかやま健康と食のフェスタ2018）が放送された。 ○テレビ和歌山（きのくに21） 10月28日（日） ・09:30～10:00 ・18:30～19:00 ○和歌山放送（ラジオでお届け！県政最前線） 10月30日（火） ・15:40～16:00	テレビ和歌山株式会社 株式会社和歌山放送
3	出前講座	和歌山県	県民	出前講座を行った。 ○日本赤十字社和歌山医療センター（和歌山市）10月6日 「健康長寿を目指して」（一般対象） ○和歌山看護専門学校（和歌山市）10月15日 「健康増進法について」（学生対象） ○切目小学校（印南町）10月19日 「歯科保健指導」（児童対象） ○和歌山市医師会看護専門学校（和歌山市）10月22日 「健康増進法について」（学生対象） ○和歌山県母と子の健康づくり運動協議会（岩出市）10月25日 「母と子に贈る歯と口の健康づくり」	
4	和歌山放送「人間万歳」	株式会社和歌山放送	県民	10月23日、和歌山放送「人間万歳」に出演し、「和歌山県における歯科口腔保健施策の動向について」説明を行った。	和歌山南ロータリー
5	オークワ食とくらしの大博覧会2018 ブース出展	株式会社オークワ	県民	10月25日、オークワ食とくらしの大博覧会2018にブース出展を行い、野菜の摂取量アップを啓発した。 ・パネル「県民の野菜摂取量の現状」 ・1日野菜摂取目標量350gの展示 ・クイズ「野菜の花」	株式会社オークワ

平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（健康推進課）

担当課名：和歌山県健康推進課

T E L : 073-441-2656

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
6	健康講座	和歌山県 和歌山県立医科大学	県民	10月28日、田辺市立西部センターで健康講座「気軽に出来る健康づくり」を開催した。	和歌山県立医科大学 田辺市
7	がん検診啓発DVD上映	和歌山県	県民	10月をとおして、和歌山県立情報交流センターBig-UのITモールにおいて、がん検診啓発を行った。 ・がん検診啓発DVDの常時放映 ・がん検診啓発のぼりの展示 ・がん検診啓発リーフレットの設置	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 海南保健所 ）

担当課名：保健福祉課

T E L : 073-482-0600

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	健康まつり (ブース出展)	海南市	海南市民	ブースにて、健康に関するクイズを実施、健康づくり等のリーフレットを配布等、保健所で行う各事業の紹介および説明を行った。	
2	健康と食のフェスタ2018 (ブース出展)	和歌山県	県民	ブースにて、保健所管内市町の健康づくりの取り組みを紹介するとともに、がん予防や健康づくりに関するリーフレットを配布し啓発を行った。	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 海南市 ）

担当課名：くらし部健康課

T E L : 073-483-8441

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	健康まつり	海南市	市民	健康チェック(骨密度測定・握力・体力等の測定、減塩コーナー、歯科検診・フッ化物塗布、大腸がんクイズラリー)、健康相談等	
2	健康と食のフェスタ2018 (ブース出展)	和歌山県	県民	ブースにて、海南市の概要、特定健診・がん検診、健康セミナーの取組をパネルにて紹介	
3	健康セミナー	海南市	市民	上手な医療のかかり方や健康づくり事業の紹介	
4	生活習慣病予防教室	海南市	市民(男性)	減塩メニューの調理	
5	生活習慣病予防教室	海南市	市民(食生活改善推進員会員の方)	減塩メニューの調理	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」 実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 紀美野町 ）

担当課名：保健福祉課

T E L : 073-489-9960

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	第13回紀美野町 スポーツ・レクリエーション大会	紀美野町体育協会 ウォーキング種目について、保健福祉課が主体で実施	種目により異なる ウォーキング種目：町民だれでも	町内各所で開催 種目：ゲートゴルフ、ソフトバレーボール、ペタンク、カラーリング、秋に走ろう会、インド式ヨガ、ウォーキング 目的：スポーツを通じて、明るく生き生きとした生活を楽しむ、誰もが、いつでもどこでも気軽にスポーツ・レクリエーション活動を楽しみ。交流を深める ウォーキング：健康運動指導士によるウォーキング講座、ノルディックウォーク体験、健康ロードウォーク、折り返し地点できいちゃん・きみちよんとふれあいイベント	共催 紀美野町教育委員会 紀美野町保健福祉課
2	健康と食のフェスタ2018 (ブース出展)	和歌山県	県民	ブースにて、紀美野町の概要、特定健診・がん検診、健康セミナーの取組をパネルにて紹介	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」 実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 紀の川市 ）

担当課名：健康推進課

TEL：0736-77-0829

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	チャレンジ100万歩	紀の川市健康推進課	市民又は市内に勤務(通学)している方	<ul style="list-style-type: none"> <li>・平成26年度から実施(今回で5回目) (平成30年10月1日～31日) 5人でチームを組んで(5人未満でも可)、31日間で1人20万歩を目標にチーム 合計最大歩数100万歩を目指す。 参加申込チーム数：131チーム 参加申込者数：553人</li> <li>・チャレンジ100万歩参加の中から先着50名の方に、身体活動計を貸出、1日8,000歩、早歩き20分の量と質のバランスのある活動量を提案。 参加者：50名 (平成30年10月1日～31日)</li> </ul>	
2	ピンクリボンキャンペーン	紀の川市健康推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市民又は市内に勤務(通学)している方</li> <li>・県看護学校文化祭来場者</li> <li>・青洲まつり来場者</li> <li>・貴志川線利用者</li> <li>・市役所来庁者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「チャレンジ100万歩」参加申込者へ、ピンクのタオルを配り100万歩実施期間中、ピンクのタオル等、ピンクの物を身に付けて歩いていただき、乳がん検診受診勧奨等啓発を実施。(平成30年10月1日～31日)</li> <li>・県看護学校「文化祭」にピンクリボン啓発ブースを設置し、看護学生や文化祭来場者の方に乳がん検診の重要性を説明し、検診を受けていただくよう啓発を実施。(平成30年10月14日(日))</li> <li>・「青洲まつり」にピンクリボン啓発ブースを設置し、来場者の方に、ピンクの風船を配り、乳がん検診の重要性を説明し、検診を受けていただくよう啓発を実施。(平成30年10月28日(日))</li> <li>・和歌山電鉄(貴志川駅)へピンクリボンのぼりの設置を依頼し、ピンクリボンの啓発を実施。(平成30年10月1日～31日)</li> <li>・庁舎内にピンクリボンのモニュメントによる飾付及びピンクリボン山車やのぼり等を設置し、市役所来庁者に乳がん検診受診勧奨等啓発を実施。(平成30年10月1日～31日)</li> </ul>	
3	スポーツフェスティバル	紀の川市生涯スポーツ課	スポーツフェスティバル参加来場者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ推進委員を兼ねた、健康推進委員の方に、春にパンフレット等を配布し、スポーツフェスティバル実施時に、参加者への各種がん検診受診勧奨等啓発を依頼し実施。(平成30年10月7日(日))</li> </ul>	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 岩出市 ）

担当課名：保健推進課

T E L : 0736-61-2400

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	げんきアップ教室	岩出市	運動を続けていきたい、運動する仲間づくりをしたと思う岩出市民	・栄養の講話 ・運動の実技	和歌山県岩出市生活福祉部 保健推進課 0736-61-2400
2	元気はつらつ栄養教室	岩出市	65歳以上の岩出市民	・栄養改善と低栄養予防などバランス摂れる食事についての講話と調理実習 ・ロコモ体操	和歌山県岩出市生活福祉部 長寿介護課(地域包括支援センター) 0736-67-6326
3	岩出げんき体操体験会	岩出市	65歳以上の岩出市民	・体力測定・フレイルチェック等により体力の衰え等に気づき、運動への動機づけを行なう。 ・簡単な体力測定とフレイルチェック、岩出げんき体操の実施。	和歌山県岩出市生活福祉部 長寿介護課(地域包括支援センター) 0736-67-6326
4	岩出げんき体操応援講座	岩出市	65歳以上の岩出市民	・理学療法士や歯科衛生士等の専門職が介護予防に効果的な岩出げんき体操を自主的に行なおうとするグループの支援を行なう講座 ・介護予防(栄養・運動・口腔・認知症等)の講話 ・岩出げんき体操の指導 ・体力測定とフレイルチェック	和歌山県岩出市生活福祉部 長寿介護課(地域包括支援センター) 0736-67-6326
5	特定保健指導(運動教室)	岩出市	岩出市民	・健康運動指導士による効率的に脂肪を燃やす歩き方を実践	和歌山県岩出市生活福祉部 保険年金課 0736-62-2141

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」 実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 橋本保健所 ）

担当課名：保健福祉課

T E L : 0736-42-5440

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	栄養・衛生管理講習会	橋本・伊都給食施設連絡協議会	会員施設の管理栄養士・栄養士、調理師、その他関係職員等	平成30年10月5日(金) ・講演：ノロウイルス食中毒について ・実習：嘔吐物の処理方法について ・食種・食形態等更新調査結果報告、及び意見交換会	事務局(橋本保健所保健福祉課) TEL:0736-42-5440 FAX:0736-42-0886
2	「わかやま健康と食のフェスタ2018」ブース出展	和歌山県	和歌山県	・1日に必要な野菜350gの計量クイズ ・フレイルチェック ・管内市町の健康づくりの取組紹介	担当課(橋本保健所保健福祉課) TEL:0736-42-5440 FAX:0736-42-0886
3	歩こう会	橋本食生活改善推進協議会	会員、及びその他関係者	橋本市高野口町大野散策	事務局(橋本保健所保健福祉課) TEL:0736-42-5440 FAX:0736-42-0886



## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」 実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（橋本市）

担当課名：健康福祉部 健康課

T E L : 0736-33-6111

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	のぼりの設置	健康課	市民	健診啓発のため「集団検診」「特定健診」「がん検診」ののぼりを保健福祉センター前、及び各医療機関に設置。	
2	ヘルスアップ教室	健康課	40～64歳の市民 定員25名	「運動習慣の定着」や「食生活の改善」、「歯や口腔の健康」について講話や実技を通して知識習得を図る。 10月から6回シリーズ	
3	ごちそうさん教室	健康課	40～64歳の市民 定員25名	バランスのいい食事や高血圧を予防するための食生活等について、講話や実技を行い、生活習慣病予防のために食生活について、知識修得を図る。 1クール6回シリーズ(年2クール)	
4	集団検診結果説明会	健康課	集団検診の特定健診受診者	健診結果と合わせて、健診内容の見方の説明。 生活習慣病予防のための「食生活」や「運動習慣」についてなどの講話や、健康測定などを実施する。	
5	健康づくり月間展示 10/15～26	健康課	保健福祉センター 来庁者	健診啓発や脂質異常症などの生活習慣病に関する媒体の展示や、「運動習慣の定着」や「食生活の改善」などについて、媒体やパネル展示を実施する。 健康に関する知識の普及に努める。	
6	らくらくウォーキング講座	保険年金課 健康課	橋本市民 (過去にウォーキング講座を受講し、修了したものを除く) 定員30名	歩くための準備運動やウォーキングのポイントを踏まえた講話や、実技を行う。 ウォーキングについての基礎知識や技能を修得し、「運動習慣の定着」を促す。 10月より5回シリーズ	
7	ウォーキングデー	保険年金課 健康課	橋本市民	市内のさまざまなコースを約1時間かけて歩く。 (月1回第3金曜日 7.8月は休み) ウォーキングを通して、「運動習慣の定着」を促す。	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ かつらぎ町 ）

担当課名：健康推進課

T E L : 0736-22-0300

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	ピンクリボンキャンペーン事業	かつらぎ町役場 健康推進課	町民	町内スーパー4か所で乳がん検診啓発や自己触診法のチラシ、健診案内資料、臓器提供リーフレットや健診啓発物品を600部配布。乳がんモデルを設置し、実際に癌の様子に触れてもらい、指導を行った。町のイメージキャラクターの着ぐるみも参加し、周知を行った。	・乳がん患者会 ・かつらぎ町母子保健推進員 ・かつらぎ町健康推進員

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 九度山町 ）

担当課名：住民課

T E L : 0736-54-2019

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	食と健康の教室	九度山町	成人の町民	試食・講義(骨粗しょう症について)・血圧測定	
2	ヘルシー大学	九度山町	成人の町民	第3回医師・歯科医師・薬剤師会による市民公開講座・健康フェスタ in伊都の講演会等への参加 (今年度は九度山町で開催)	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 高 野 町 ）

担当課名： 福祉保健課

T E L : 0736-56-2933

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	健康づくりこうぼうウォーキング	高野町	町民	運動を継続するには楽しんで取り組めることが大切なので、家族や友人などと一緒にみんなで歩いてもらう	(一社)高野町観光協会

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 湯浅保健所 ）

担当課名： 保健福祉課

T E L : 0737-64-1294

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	わかやま健康と食のフェスタ 2018 (ブース出展)	和歌山県	県民	わかやま健康と食のフェスタ2018において、湯浅保健所ブースを出展 ・湯浅保健所管内の市町における健康づくりの取組を紹介 ・市町の取組内容をクイズにして、正解者に粗品を進呈 ・健康推進員作成のフードモデルを展示	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（有田市）

担当課名：健康課

T E L : 0737-82-3223

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	消防フェスティバル	有田市	市民	有田市消防フェスティバル内にて健康ブースを開設 ・乳がんのセルフチェックコーナ ・健康チェック(体脂肪計、握力測定) ・食品モデル展示により糖分、塩分の含有量を紹介 ・健康ポイント事業の啓発 ※健(検)診・健康教室等の促進	なし
2	健康教室	有田市	健康推進員養成講座 修了者	特定健診・がん検診について講演 乳がんのセルフチェックコーナ	なし
3	健康教室	有田市	食生活改善推進員 養成講座 参加者	運動の実践 調理実習	なし
4	健康教室	有田市	市民	調理実習(骨太クッキング)	有田市食生活改善推進協議会
5	運動教室	有田市	20歳以上の市民	・有田市内の海辺までタラソウォーキング・ヨガ体験 ・夜のエクササイズ(代謝アップダイエット) ・昼のエクササイズ(エアロビ等)	なし

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 湯浅町 ）

担当課名：健康福祉課

T E L : 0737-64-1120

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	健康教室	湯浅町	町民	ウォーキング やせるための食事の栄養教室	無し

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 広川町 ）

担当課名：住民生活課

T E L : 0737-23-7724

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	運動教室	広川町	住民	健康運動指導士による初～中級者向けエアロビクスの実施。	なし
2	美ボディー・エクササイズ	広川町	住民	インストラクターによるストレッチを中心とした運動教室を実施。	なし
3	特定健診、胃・肺・大腸・子宮・ 乳・前立腺がん検診	広川町	住民	特定健診、がん検診を日曜日に実施。	なし



## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 有田川町 ）

担当課名：健康推進課

T E L : 0737-52-2111

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	有田川町どんどんまつり「モンテ・オウ・コスモス」	有田川町	町民以外も含む参加申込者	10月21日(日) ファミリーマラソン、山上へのマラソン、ダンスどんどん等をキャラクタショー、フリーマーケット等のイベントと同時開催	有田川町商工会 (Tel: 0737-52-5701)
2	済生会有田医療福祉センター「おいなあよ健康まつりに」	済生会有田病院	町民以外も含む希望者	10月28日(日) 講演、検査コーナー(血糖・血圧・体年齢・骨密度・眼底検査・動脈硬化、頸動脈エコー)、体験コーナー(アロマハンドマッサージ・フットケア・老人体験・歩行アシスト・バイタルスティム・コグニバイク)、お楽しみコーナー(スーパーボールすくい・お菓子作り・お子様写真撮影)、相談コーナー(医師・お薬・栄養・介護・医療)	有田川町文化祭と並行して実施。 町(健康推進課)は健康推進員と健診受診勧奨の啓発物品配布を実施。

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 美浜町 ）

担当課名：健康推進課

T E L : 0738(23)4905

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	健康美体エクササイズ	美浜町	30歳から64歳までの町民	運動教室(エアロビ体操・代謝アップストレッチ・頭スッキリ体操)	
2	健美操	美浜町	町民	運動教室(健美操)	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 日高町 ）

担当課名：健康推進課

T E L : 0738-63-3801

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	健康ウォーキング	日高町、健康日高21 推進協議会、御坊保健 所	住民	運動指導士による運動講座とウォーキング 町内 役場～ふれあいセンター4km	
2	健康運動教室	日高町	住民	運動指導士による 初級エアロビクス、ウォーキングフォーム、筋力トレーニング、ストレッチ	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 印南町 ）

担当課名：住民福祉課

T E L : 0738-43-8060

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	運動deリフレッシュ教室	印南町	町民	10/12と10/26に契約機関の健康運動指導士により軽いエアロビクスを行い心身のリフレッシュを図る。その際に健康づくり運動ポイント事業を案内する。	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 日高川町 ）

担当課名：保健福祉課

T E L : 0738-22-9041

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	運動教室	日高川町	住民	運動指導士によるエアロビクス教室	
2	元気アップ教室	日高川町	概ね65歳以上の 住民	運動指導士による運動を行い、ロコモを予防する。	
3	腰痛・膝痛予防教室	日高川町	概ね65歳以上の 住民	運動指導士による体操を行い、腰痛・膝痛を予防する。	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（            田辺市            ）

担当課名：健康増進課

T E L : 0739-26-4901

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	血管いきいき健康教室	田辺市	40～75歳までの特定健康診査受診者のうち、血圧、脂質、糖、腎機能検査結果が要指導の者（対象疾患による治療中の者を除く）	・病態説明（現在の血管状態を理解し把握していただき、改善や予防の必要性を理解していただく） ・食事指導（媒体として、実物の食材や飲料、含有食塩量、砂糖量の提示等） ・改善目標設定（対象参加者自ら決定し、取り組んでいただく）	栄養サポート紀南
2	熊野古道健康ウォーキング	田辺市	市民 平成28年度に速歩き健康塾に参加した者	熊野古道を歩くことで「健康づくり」を提案するプログラム 健康づくり計画「元気ななべ」 第2施策（運動・身体活動）に基づく事業	熊野で健康ラボ
3	速歩き健康塾	田辺市	40歳以上の市民	ウォーキングについての講義と活動量計を利用して速歩の体験等 達成度についての個別指導	
4	検診結果説明会 （特定保健指導初回含む）	田辺市	特定健康診査受診者のうち腹囲・BMIが基準値以上の者（特定保健指導対象者含む）	検診結果から自らの健康状態を知る メタボリックシンドロームや慢性閉塞性肺疾患、サルコペニア予防等の講義、 参加者が自らの生活習慣を振り返り、改善目標をたてる	栄養サポート紀南
5	ひきこもり支援啓発講演会	田辺市	市民	講演会「ネットに避難する若者とひきこもり」	和歌山県子ども・若者支援地域協議会 田辺市ひきこもり検討委員会
6	田辺市食生活改善推進員養成講座	田辺市	市民	国民の健康状態と健康日本21、地区組織等の講義	田辺市食生活改善推進協議会
7	いきいきシニアわかやま	田辺市食生活改善推進協議会田辺支部	市民	カルシウム不足の改善を目指し、バランスの取れたメニューの料理実習と食事会	田辺市食生活改善推進協議会田辺支
8	ふれあいスクール（食育教室）	田辺市食生活改善推進協議会大塔支部	市民	子どもの食育に関する料理実習と食事会	田辺市食生活改善推進協議会大塔支
9	男性のための料理教室	田辺市食生活改善推進協議会龍神支部	市民	男性にバランスのよい食事について学んでもらうための料理実習と食事会	田辺市食生活改善推進協議会龍神支
10	ピンクリボン紀南2018 熊野本宮大社ピンクライトアップ	ピンクリボン紀南	規定なし	乳がん講演会とミニコンサート 熊野本宮大社 大鳥居 ピンクライトアップ	ピンクリボン紀南

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（            田辺市            ）

担当課名：健康増進課

T E L : 0739-26-4901

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
11	住民主体の介護予防運動教室	住民主体の自主活動グループ	田辺市民	わかやまシニアエクササイズの教室終了後に、住民主体でグループをつくり介護予防に努める	田辺市民総合センター、公民館など
12	住民主体のウォーキング	住民主体の自主活動グループ	田辺市民	海岸の砂浜や松林などの整地されていない地形をウォーキングする活動を住民主体でグループを結成して週3回開催	田辺扇ヶ浜公園

平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ みなべ町 ）

担当課名：健康長寿課

T E L : 0739-74-3337

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	秋の健康相談	みなべ町	町民	<ul style="list-style-type: none"> <li>・血圧測定</li> <li>・保健指導</li> <li>・肥満度判定及び血管年齢測定</li> <li>・栄養士による栄養相談</li> </ul>	Aコープ 健康推進員
2	楽しいストレッチ教室	みなべ町	町民	<ul style="list-style-type: none"> <li>・血圧測定</li> <li>・体重、体脂肪測定</li> <li>・ストレッチ体操</li> </ul>	株式会社 グラスリンク



## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 白浜町 ）

担当課名：住民保健課健康増進係

T E L : 0739-43-0178

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	健康教室	白浜町	町民	「減塩から始める生活習慣予防」をテーマに、「魚を使った料理」について講座及び調理実習を実施。	栄養サポート紀南
2	健康まつり	白浜町	町民	①血圧測定、血管年齢測定等を実施し、保健師・栄養士による健康相談を実施。 ②すこやか推進員コーナーにて、災害時の食事の工夫について展示し、簡単にできるおやつを試食を実施。 ③母子保健推進員コーナーにて、親子でできる災害クイズを実施。	栄養サポート紀南、白浜はまゆう病院、和歌山県国保連合会、すこやか推進員協議会、母子保健推進員協議会

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ すさみ町 ）

担当課名：環境保健課

T E L : 0739-55-4803

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	検診事業	すさみ町	各検診対象年齢の住民	・子宮・乳がん検診の実施 ・胸部巡回検診の実施	和歌山県民総合健診センター
2	検診受診啓発	すさみ町	住民	・町広報誌やケーブルテレビでの啓発	すさみチャンネル
3	健診結果説明会	すさみ町	健診受診者	・生活習慣予防についてはなし ・健診結果の個別相談・指導 ・栄養相談	栄養サポート紀南
4	健康教室	すさみ町	住民	・血圧測定、健康相談、結核についての話	
5	運動教室	すさみ町	住民	・生活習慣病予防・改善のための運動 ・講座・実習	理学療法士
6	骨太クッキング	すさみ町	骨粗鬆症検診受診者	・骨粗鬆症予防に関する医師・栄養士の講座 ・調理実習	国保すさみ病院 栄養サポート紀南 食生活改善推進員

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（新宮市）

担当課名：新宮市保健センター

T E L : 0735-23-4511

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	リフレッシュ体操	新宮市	市民	第1から第4火曜日にはにこにこクラス、第1から第4金曜日はパワーアップクラスとして、それぞれストレッチやリズム体操を実施。	
2	生活習慣病予防教室	新宮市	市民	医療センターの医師を講師として動脈硬化予防の講演会を実施。	
3	フォークダンス	新宮市健康づくり地域推進委員会及び新宮市	市民	健康づくり地域推進員の支部活動として、健康づくりを目的としたフォークダンスを実施	
4	元気体操	新宮市健康づくり地域推進委員会及び新宮市	市民	健康づくり地域推進員の支部活動として、健康づくりを目的とした元気体操を実施。	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 那智勝浦町 ）

担当課名：福祉課

T E L : 0735-52-2934

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	メタボ予防運動教室	那智勝浦町	住民全般（回覧にて参加者募集） 特定保健指導対象者（個別勧奨）	ウォーキングのポイント、簡単な体操などの講義および実技、プチ栄養講座（間食について）	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」 実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（太地町）

担当課名：住民福祉課

T E L : 0735-59-2335

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	男のトレーニング塾	太地町	町内在住の男性	<p>講座とトレーニング機器による筋トレを5回実施</p> <p>講座の内容は以下の通り</p> <p>①運動の自己管理について</p> <p>②筋肉の働き</p> <p>③筋力増強のメカニズム</p> <p>④老年症候群の原因と予防</p> <p>⑤生活習慣病、メタボリックシンドローム予防と改善</p>	
2	生活習慣病予防教室	太地町	町民全般	<p>全4回コース10月～12月で実施</p> <p>1回目は医師による「生活習慣病について」の講義を行った。</p> <p>2～4回目(11月以降)は、運動と栄養の講義を行う。</p>	新宮市立医療センター
3	健康相談	太地町	町民全般	<p>町内集会所等の4ヶ所で実施。</p> <p>血圧測定、血流測定、尿検査を行う。</p>	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 古座川町 ）

担当課名：健康福祉課

T E L : 0735-67-7112

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	運動教室 「健やか美しく教室」	古座川町	古座川町民	健康運動指導士による、骨盤底筋を鍛える運動、メタボ予防のための運動	
2	男性のための料理教室	古座川町食生活改善推進協議会	古座川町民	調理実習	
3	ハイキング	古座川町食生活改善推進協議会	古座川町食生活改善推進協議会員	ウォーキング	
4	古座川笑学校	古座川町	古座川町民	①脳トレ(国語や算数の問題) ②歯科衛生士による口腔機能に関する講話やゲーム	
5	「そらまめ教室」栄養教室	古座川町	腎重症化予防教室対象者とその家族	管理栄養士による、主に腎重症化予防を目的とした減塩・バランスの良い食事についての講話と調理実習	
6	運動教室	古座川町	古座川町民	健康運動指導士による、正しいラジオ体操・ウォーキングについての指導と運動	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 北山村 ）

担当課名：住民福祉課

T E L : 0735-49-2331

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	ヨガ教室	北山村	村民	ヨガやストレッチ、呼吸法を習得することで自宅でも継続して健康づくりに取り組むことができる	

## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（ 串本町 ）

担当課名：福祉課  
T E L : 0735-62-6206

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との 連携先があれば、連携先を記入
1	健康相談	串本町	串本町住民	検尿、血圧測定、健康相談	
2	男性の自立のための料理教室	串本町食生活改善推進協議会	串本町男性住民	調理実習	
3	有酸素運動教室	串本町 新宮・東牟婁地域・職域連携推進協議会	串本町住民	有酸素運動(エアロビクス)	
4	町広報	串本町	串本町住民	本月間の趣旨を普及するための広報	



## 平成30年度「みんなで取り組もう！わかやま健康づくり月間」実施結果報告書

団体名・市町村名・保健所名（和歌山労働局）

担当課名：健康安全課

T E L : 073-488-1151

No.	事業名	実施主体	対象者	事業内容	関係団体・企業等との連携先があれば、連携先を記入
1	集団指導 監督指導 個別指導	和歌山労働局 及び 県内労働基準監督署	県内事業者	10月1日から7日までの全国労働衛生週間に向けて、その準備月間である9月を「健康診断実施強化月間」として、労働安全衛生法に基づく事業者による健康診断の確実な実施について指導した。	