

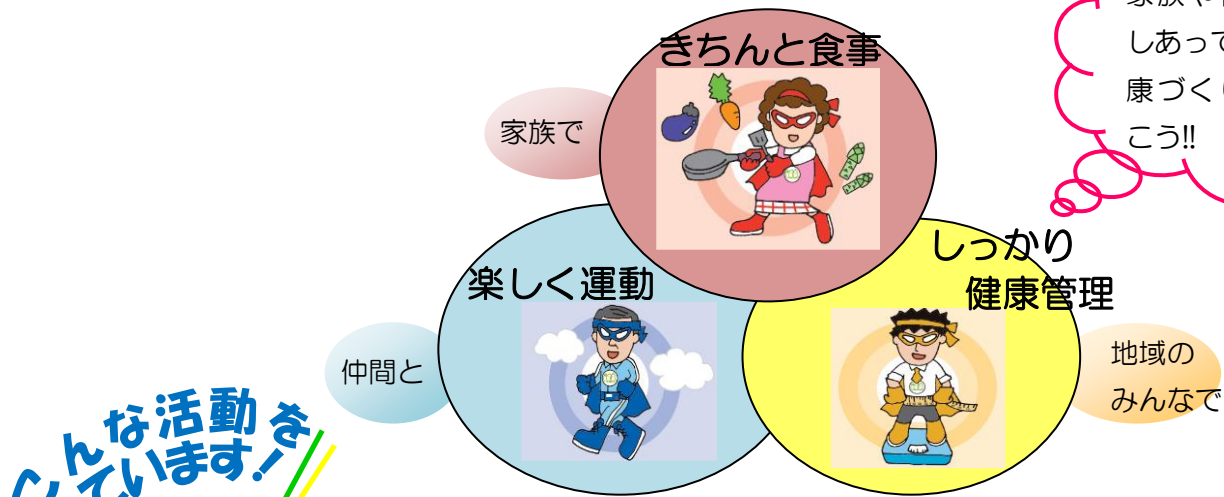
めざせ100彩健康づくり推進実行委員会

- 平成 15 年度スタート
- 事業を市民と進めるために設置
 - 健康づくり関係団体からの推薦者
 - 一般応募者
 - その他必要と認める者で構成（令和4年度は13名）
- めざせ 100 彩健康づくり推進事業の企画・運営
- 受賞歴
 - ・平成 27 年度「元気にいがた健康アワード」準グランプリ 受賞
 - ・令和2年度 優れた「早寝早起き朝ごはん」運動の推進にかかる文部科学大臣表彰 受賞



市民と市がいっしょになって健康づくりを進めるために、「めざせ 100 彩健康づくり推進実行委員会」を結成し、「めざせ 100 彩！」を合言葉に、健康づくりをすすめています。

健康づくりの3つの柱



◎食育教室

100 彩マンが幼稚園、保育園、こども園を訪れて、園児達と触れ合いながら、市の健康づくりの3本柱を楽しく&わかりやすく伝えています。

◎健康ウォーク事業

家族や仲間と楽しく歩くきっかけづくりに、年2回健康ウォークを開催しています。

◎20万歩チャレンジ、チームチャレンジ

手軽にできる運動「ウォーキング」を、楽しく続けることを応援しています。1日7,000~8,000歩歩いて1か月20万歩を目標とします。「20万歩チャレンジ」は個人向けです。「チームチャレンジ」は、1チーム2名以上で構成し、互いにカバーしながら目標達成をめざします。

◎健康づくりの「絵と標語」募集

応募いただいた作品は、健康づくりを呼びかける活動に活用させていただいています。

- ・「健康づくりカレンダー」や「健診案内通知」などに掲載
- ・市内展示：10月の「新発田市健康づくり推進月間」あわせて市役所やショッピングセンターで展示

◎健康づくりを啓発するキャンペーンなど

多くの人が集まる場に出向いたり、ラジオ放送に出演するなど、色々な形で市民の皆さんへ健康づくりを呼びかけています。

食育教室：優の森こども園での様子

