

気仙沼管内栄養士会の皆さまへ 宮城県気仙沼保健所からの情報提供



みやぎ健康3.15.0(サイコー)宣言で脱メタボ推進中！

- 実は宮城県、メタボ該当者+予備群の割合が12年連続でワースト2~3位を推移し続ける、危機的な状況です。
- そこで県では、県民が楽しみながら健康づくりに取り組める環境づくりとして、目標になぞらえたスローガン「脱メタボ！健康3.15.0(サイコー)宣言」を掲げ、情報発信を強化しています。
- ホームページでは、有識者による解説動画や、野菜たっぷり&塩ecoレシピ、人気Youtuberによるエクササイズ動画、さらにパイヤ鈴木氏監修のダンスサイズ動画などを掲載しています。
- ぜひ各施設での健康教育の場面などにご活用ください♪

健康づくりに向けた
宮城県民の行動目標

減塩!あと3g・歩こう!あと15分
めざせ!受動喫煙0(&むし歯・歯周病0)

健康3.15.0宣言

詳しくはHPへ！



健康サイコー宣言 🔍 検索

宮城県×ミヤテレ共同企画 『Let's tryみんなで健康プロジェクト』

- 令和3年度から、宮城県とミヤギテレビの共同企画「Let's tryみんなで健康プロジェクト」を実施しています。
- 情報番組「OH! バンデス」で月1回、県民の健康生活のためのヒントをわかりやすくお伝えしています。
- 過去の放送もミヤギテレビホームページでご覧いただけます！



宮城県 みんなで健康プロジェクト 🔍 検索

“みやぎの食育” 資料ご活用ください♪

- 県健康推進課では、食育に関する情報発信も行っています。
- 「みやぎの食育通信」のほか、親子で楽しめる食育まちがいさがし(右図)、災害時の食のリーフレット等も掲載しています。
- 地域や施設での活動にぜひご活用ください♪



みやぎ 食育推進 🔍 検索

気仙沼保健所も情報発信しています！！

- 気仙沼保健所においても、ホームページ上で様々な情報発信を行っています。
- 地域の事業所向けに発行する健康づくり情報誌「リアスマート通信」や、健康づくりの教材貸出のご案内、また各種ポスター等も掲載しています！ぜひご活用ください♪



気仙沼圏域の健康食育 🔍 検索



【問合せ・連絡先】

宮城県気仙沼保健所 成人・高齢班 担当:白崎

TEL:0226(22)6614/E-mail:kshwfz-sk@pref.miyagi.lg.jp