

# 歩数アップチャレンジ2023 参加

## 大郷町役場

実施期間	令和5年10月1日～11月30日
実施場所	庁内
対象者	職員(参加者数:27名)

### 実施内容

- 宮城県が実施する「歩数アップチャレンジ2023」に職員で参加した。
- 歩数を確認したり、声かけを行った。
- 庁内でのランキング順位を庁内メールにて発表した。

### 取組の効果等

- 歩数を意識する人が増えた。
- 歩くこと・歩数に関することを話題とするコミュニケーションが増えた。

### 取組に対するお問い合わせ先

大郷町 保健福祉課 健康増進係  
☎022-359-5507

# 歩数アップチャレンジ2023 参加支援

## 大郷町

実施期間	令和5年10月1日～11月30日
実施場所	町内
対象者	住民(参加者数:12名)

### 実施内容

- 宮城県が実施する「歩数アップチャレンジ2023」に住民が参加しやすいよう町が申込・報告手続きを支援した。
- 独自の歩数記録表を作成し、歩数の見える化を図った。
- 目標達成チームに対して町独自のインセンティブを提供した。

### 取組の効果等

- 若い世代が取り組んでくれ、日頃の保健活動では出会えない人に出会うことができた。
- 歩数を意識する人が増えた。

### 取組に対するお問い合わせ先

大郷町 保健福祉課 健康増進係

☎ 022-359-5507

# 大人こそ！ベジプラスチャレンジ2023 参加

## 大郷町役場

実施期間	令和5年11月1日～11月30日
実施場所	庁内
対象者	職員(参加者数:21名)

### 実施内容

- 宮城県塩釜保健所が実施する「大人こそ！ベジプラスチャレンジ2023」に職員で参加した。
- 摂取量を確認したり、声かけを行った。

### 取組の効果等

- 野菜摂取を意識する人が増えた。
- 野菜を食べることを話題とするコミュニケーションが増えた。

### 取組に対するお問い合わせ先

大郷町 保健福祉課 健康増進係  
☎022-359-5507

# がん検診・健康診査（未受診者向け）

## 大郷町

実施期間	令和5年11月25日
実施場所	大郷町保健センター
対象者	住民(来場者数:100名)

### 実施内容

- 若世代健診・特定健診・後期高齢者健診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診・結核肺がん検診の未受診者向けの健（検）診を実施した。

### 取組の効果等

- 本対策検診の機会を逃した方や転入者、社会保険被扶養者など健診機会を提供することができた。

### 取組に対するお問い合わせ先

大郷町 保健福祉課 健康増進係  
☎ 0 2 2 - 3 5 9 - 5 5 0 7

# おやこ食育教室

## 大郷町食生活改善推進員会

実施期間	令和5年11月18日
実施場所	大郷町開発センター
対象者	小学生の親子(参加者数:19名)

### 実施内容

- 日本食生活協会からの委託事業として実施。
- 小学生の親子を対象に「食育5つの力」などに関する講話や「おからといわしのフォンデュハンバーグ」などの調理実習を行った。

### 取組の効果等

- 初めて包丁を握る経験をした子どももいた。
- 参加者からは「美味しかった!」「簡単に作ることができたので家族にも作ってみたい!」と反応があった。

### 取組に対するお問い合わせ先

大郷町 保健福祉課 健康増進係  
☎022-359-5507



# シニアカフェ

## 大郷町食生活改善推進員会

実施期間	令和5年11月29日
実施場所	大郷町保健センター
対象者	65歳以上の住民(参加者数:25名)

### 実施内容

- 日本食生活協会からの委託事業として実施。
- 概ね65歳以上の高齢者を対象に「フレイル予防」などに関する講話や脳トレ、ラジオ体操、ダンベル体操などを行った。

### 取組の効果等

- 参加者からは「久しぶりに身体を動かしてスッキリした」、「友だちや日頃会わない近所の人と話せて楽しかった」などの声が聞かれた。

### 取組に対するお問い合わせ先

大郷町 保健福祉課 健康増進係  
☎022-359-5507

