

## 市長定例記者会見資料

平成28年5月31日

部 課 名	こども健康部 健康づくり推進課	電 話	22-8553
課 長	磯崎恵理子	担 当 者	久村ゆかり
1. 件 名	しゅうなんスマートライフチャレンジ キックオフ宣言について		
2. 目 的	平成26年度より 生活習慣病予防、健康寿命の延伸をめざして取り組んでいる「しゅうなんスマートライフチャレンジ」を本年度開始するにあたり、「こども あさごはん ちゃれんじ」においてキックオフ宣言を行い、市民に広く周知する。		
3. 日 時	平成28年6月16日（木）午前9時30分から午前10時まで		
4. 場 所	菊川幼稚園		
5. 主 催 者	周南市、健康づくり推進協議会		
6. 内 容	「しゅうなんスマートライフチャレンジ」8つのチャレンジの1つである「こどもあさごはん ちゃれんじ」の開始にあたり、菊川幼稚園の年長児と保護者に3色食品群やバランスのとれた朝食の大切さについて周知すると共に、食育月間のぼり旗とチャレンジカードを渡し、キックオフ宣言する。		
7. 参 加 者	菊川幼稚園年長児とその保護者、周南市長、健康づくり推進協議会長、こども健康部長など		
8. そ の 他	別添資料のとおり (しゅうなんスマートライフチャレンジちらし (両面))		

去年は **2,383** 人が参加

(延べ人数)



Shunan Smart Life Challenge

～健康寿命を延ばす市民運動～

2016

# しゅうなんスマートライフチャレンジ

スマートライフチャレンジとは・・・

生活習慣病を予防し、健康寿命を延ばすため、市が推進する、いつでも・どこでも・だれでも・気軽に取り組める「健康づくりチャレンジ」のことです。

## あなたもチャレンジしませんか？

## 8つのチャレンジ

参加申し込みは、市広報、市ホームページ等でご確認ください。

チャレンジ  
しました！  
(周南市在住Kさん)



サンサンチャレンジに参加し、3か月で4.1kgやせました！チャレンジウォーキングにも参加し歩くことが楽しくなりました！元気に仕事を頑張っています。

スタート時期

こども あさごはん チャレンジ	6月
サンサンチャレンジ	7月
禁煙チャレンジ	8月
チャレンジウォーキング	10月
お腹ぺったんこチャレンジ	12月
いきいき100歳チャレンジ	随時
歩こう！階段チャレンジ	随時
デビュー友検診	6月

### ◆一斉スタートチャレンジ

スタート前に申込みが必要！

### ◆いつでもチャレンジ

自分がチャレンジしたい時に取り組む！

### 協賛事業者募集中！

この事業に賛同し、PR や参加啓発にご協力いただける企業、事業所、関係団体等を募集しています。(登録事業者：94 2016.3現在)

## 作成しました！

## 周南市健康づくり計画



地域や行政が協力しながら、しゅうなんスマートライフチャレンジなどの健康づくりを推進していきます。

### 健康寿命を延ばすため

### 一例を紹介！

#### 一人ひとりが取り組むことは？

- ◆毎年、がん検診・特定健診を受けて体の状態を知りましょう。

お問い合わせ

周南市健康づくり推進課

(徳山保健センター内) 電話：0834-22-8553

詳細は・・・

しゅうなんスマートライフチャレンジ

検索



# しゅうなんスマートライフチャレンジ 協賛事業者募集！！

～目標歩数を設定し、3か月間歩数を記録するだけ～  
チャレンジウォーキング(H27 年度結果)

**参加者数：920 人(135 チーム)**

【参加者の声】

- 働いて忙しい時も、歩数をみると達成感にかわりました！！(26 歳女性)
- 毎日腕時計をつけている感覚で、万歩計を身に着ける習慣ができた。(27 歳女性)
- 健康診断前の体重コントロールにとても役立ちました。(58 歳男性)



～『階段』を利用して、運動量を増やそう～

**歩こう！階段チャレンジ**



**参加施設数：43 施設 (H28.3 現在)**

【参加者の声】

- 運動の定着化を視覚的に訴えることで階段利用者が増え、健康に良い取り組みとして、全社で紹介させてもらい好評でした。(中国電力周南電力所)



コープ山口周南西センター



- 周南市では、周南市健康づくり計画に基づき、生活習慣病を改善し、市民の健康寿命を伸ばすための取組として『しゅうなんスマートライフチャレンジ』を実施しています。
- この事業に賛同し、本事業の PR、従業員・その家族への参加啓発にご協力いただける企業、施設、店舗、団体等を募集しています。
- 従業員の健康づくり、会社の健康づくり、地域の健康づくりにチャレンジしませんか？

## 協賛事業者って何をするの？

しゅうなんスマートライフチャレンジの8つのチャレンジについて、下記のいずれかを実施していただくものです。

- ★ポスターやチラシなどの掲示、配布
- ★従業員とその家族へのチャレンジ参加啓発
- ★事業への参加者が優遇される商品や独自の付加的サービスの提供

協賛企業名、店舗名を市広報、市ホームページ、各種チャレンジチラシに掲載します。

### 申込み方法

申込書※をファクス・Eメール等で市健康づくり推進課まで  
※市 HP からダウンロード可



### 申込書提出・問合せ先

周南市健康づくり推進課  
(徳山保健センター内)  
TEL 0834-22-8553  
FAX 0834-22-8555  
E-mail: [kenkozo@city.shunan.lg.jp](mailto:kenkozo@city.shunan.lg.jp)