

体重測定100日チャレンジ！めざせ1万人！

毎日体重測定⇒記録



- 体重管理の方法がわかるようになる
- 生活習慣を振り返るようになる
- 自分の健康を意識する

目的

- ◆ 市民の健康意識の向上
- ◆ 生活習慣の改善

意識・知識普及啓発 継続支援

健康情報発信 (Web、メール、郵送)
 Vol.1 体重管理は健康づくりの第1歩
 Vol.2 健康維持のための食事と運動

イベント・講演会の実施
 ・達成者の表彰

個人での取り組み

集団での競争



督促メール配信

健康がまごおり21
 第2次計画
 最終目標

- ◆ 健康寿命の延伸
- ◆ 医療費・社会保障費削減

データ収集・管理 (システム)

蒲郡市

- ◆ 記録の収集 ◆ 登録人数把握
- ◆ 登録団体数・地区・年齢等の把握

参加者の分析
 体重・BMIの変化
 参加協力機関・団体数
 測定前後アンケート調査
 H27特定健診結果
 蒲郡市健康指標の変化

評価

体重測定小屋の設置

市役所・公民館



市内10箇所に体重計を設置
 体重測定と健康情報の発信



体育館・競艇場
 蒲郡駅

スケジュール

