

令和7年7月7日

## 市民総ぐるみの健康なまちづくりを推進します！ ～令和7年度第1回福島市健康づくり推進協議会開催～

本市では、健康増進計画「ふくしまし健康づくりプラン2024」に基づき、市民総ぐるみの健康なまちづくり「健都ふくしま創造事業」を推進しています。

今回は、関係機関・団体・市が協力してすすめる健康づくり普及啓発の取り組みや、健脚チェック・健脚トレーニング(けんトレ)\*の周知啓発について協議します。

### 記

1 日 時： 7月10日(木) 午後1時30分～3時

2 場 所： 福島市保健福祉センター(森合町10番1号) 5階 大会議室

3 内 容： (1)報 告

- ①ふくしまし健康づくりプラン2024について
- ②令和7年度健都ふくしま創造事業スケジュールについて
- ③健脚チェック・健脚トレーニング(けんトレ)について

(2)協 議

ふくしまし健康づくりプラン 2024 普及啓発に向けて

4 出席者： 学識経験者、医療・保健・教育・職域関係の代表者、地域の代表者など19人

#### 【健脚チェック・健脚トレーニング(けんトレ)とは】

市では、働く世代が自分自身の体をチェックする「健脚チェック」、すきま時間に簡単にできる「健脚トレーニング“けんトレ”」を考案し、すすめています。信夫山の羽黒神社に奉納される大わらじが、「健脚」を祈願することにちなんで名づけられました。



担当:保健所健康づくり推進課 健康増進係  
課長 星、係長 浅野  
電話 024-597-8616(直通)