

健康づくり習慣化モデル事業とは？

運動習慣を身につけるチャンス！

湖南省では運動習慣がある人の割合が、働き世代(20歳～64歳)の特に女性で、全国・滋賀県平均よりも低く、また、糖尿病や高血圧など生活習慣病にかかる人の割合が県内でも高い状況です。「運動」と「食生活」の改善とその習慣化は、生活習慣病の予防に非常に効果的だとわかっています。

皆さんにも馴染みのある企業のセミナーの受講や健康アプリに内蔵されている多くの機能を体験できるチャンスです。毎日の「歩数」やからだ測定スポットに設置する「体組成計と血圧計の測定データ」は健康アプリに連動する仕組みで、市ではそのデータを用いて事業効果を検証します。



健康ポイント事業 募集要項

実施期間

令和7年 10月1日(水) ～

令和8年 1月31日(土) までの 4か月間

※9月19日(金)または9月20日(土)に開催予定の説明会に参加してください。

事業の詳細は
こちらから！



募集期間

令和7年 9月10日(水) 17時まで

※8/27(水)までに申込された方は早期申込特典として健康ポイント100P進呈

募集人数

500人(先着順)

応募条件

- 令和7年8月1日現在で20歳以上の市内在住または在勤の方
 - スマホがありアプリやメールの操作ができる方
- ※スマホの基本的な使い方についてのサポートはありません。

申込方法

WEB申込 または 電話

参加の流れ (新規参加者の場合)

- 1 配信メールの本申込URLから専用アプリ「Health Planet Walk」をダウンロードし、コードを入力して必要事項を登録する
 - 2 説明会までに専用アプリ「からだカルテ」のダウンロードと設定を行う
- ※活動量計を無料レンタルされる方は「Health Planet Walk」はダウンロードしません。
※昨年度も参加された方には、郵送する資料にて別途参加の流れをご案内いたします。

ダウンロードや設定方法がわからない方は、湖南省健康政策課(TEL:0748-72-4008)へ

一緒に
健康づくりを
しませんか？

湖南省内の事業者の方へ

湖南省は、龍谷大学社会学部井上辰樹研究室、タニタヘルスリンク、RIZAP、ABCクッキングスタジオと「健康づくり習慣化の推進に関するパートナーシップ協定」を締結し、本事業を展開していきます。健康のまちづくりを進めるため、市内事業者の強みを生かした提案などを募集します！

詳しくはこちら



今年もやります！
健康づくりの有名企業×湖南市のコラボ企画



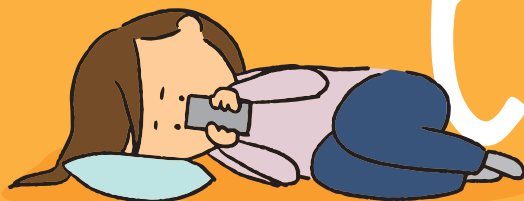
健康づくり習慣化モデル事業

運動ギライ
なあなたに。

と思っている

動かないと
そろそろ
ヤバい

今日の歩数
...
570歩



参加者
募集

早期申込特典

8/27(水)までの申込で
健康ポイント

100P進呈!

募集
期間

令和7年

9/10(水)まで

参加費 **無料**

お申し込みはWEBで!▶▶



スマホを使って楽しく歩こう!



※歩数計アプリ
「ヘルスプラネットワーク」

動けば
動くほど
ポイントがたまる

ポイントを貯めながら
スマホで楽しく健康管理!



タニタヘルスリンクが提供する健康管理ポータルサイト
「からだカルテ」で、貯まった健康ポイントや毎日の測定
データを確認!

健康メニューの
料理教室に参加しよう!



湖南省地域活性化起業人
講師: 木田 幸代 氏
(ABCクッキングスタジオより派遣)

「心も体もイキイキと健康に過ごせる」をコンセプト
に湖南省内で楽しく学べるレッスンを展開します。

さらに!

健康ポイントをためて

■ **こなん商品券**

■ **料理教室**

(ABCクッキングスタジオ1dayレッスン)

をゲットしよう!



「結果にコミット」
運動メソッドが学べる!

「結果にコミットする」のCMでお馴染み、
あのライザップが提供する運動教室に参加
できる!



湖南省担当トレーナー
近藤 ちひろ 氏

さらに詳しい内容や申し込み方法は裏面へ▶

【問い合わせ先】



湖南省健康政策課
(湖南省保健センター)

TEL 0748-72-4008

事業協力: 龍谷大学社会学部 井上辰樹研究室
令和7年度地方スポーツ振興費補助金事業

