

## 健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

## 健康づくりマイスター認定事業

## 事業概要

健康づくり事業に参加し、必要条件を満たした方を健康づくりマイスターとして認定する。認定者は家族や友人など地域の健康づくりのための協力を促す。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算  
参加者数 認定条件達成者1名、対象講座参加者延べ198名  
予算 17万円
- 認定条件
  - ①対象講座に6講座以上参加
  - ②行田市健康づくりチャレンジポイント事業に参加し、自身の健康状態の振り返りを行う
  - ③非喫煙者であること(参加中に禁煙に取り組んだ場合も可)
- 【新型コロナウイルス感染拡大防止への対応】
  - ・申込制とし、参加時には検温、手指消毒、体調確認を行い、参加者同士の距離を確保して行った
  - ・自宅で出来る運動方法の照会、中食時のポイントの紹介を行った
- 見える化  
各自の記録を集計。本人の変化と分析結果を本人に提供
- 事業後のフォロー  
認定者には、その他健康づくり事業への参加・協力を案内し、健康意識の維持と向上を促す。