

本庄市

マイトレで若返り！

- マイトレ教室として、一人ひとりに合わせた個別の運動プログラムを作成
- 歩数・体重・体脂肪率などを記録し、変化が一目でわかる「実績レポート」を作成



美里町

飛び地連携型ヘルスケア事業

- 広域連携、SIBによる成果報酬型契約及び産官学連携によるノウハウの活用
- 「ミムリン健幸ポイント事業」の実施



長瀬町

モリモリ体操で元気はつらつ！

- 10種類の筋力トレーニングに取り組むとともに、保健師が会場で健康教育を実施
- 理学療法士等が、自宅でも継続できるよう体力測定結果に基づいて助言



鳩山町

領域展開「鳩山モデル」

- 栄養・運動・社会参加を三本柱とした「鳩山モデル」による健康づくり
- 意欲・体力等により層を分類し、特性に合ったプランを提案



宮代町

目指せ健脚ウォーカー

- コバトン健康マイレージを活用した健康づくりを展開
- 運動と食の改善プログラムを実施

