

スマートみやぎ 健民通信



第 12 号

©宮城県・旭プロダクション

令和3年2月発行

宮城県保健福祉部健康推進課

住所：仙台市青葉区本町 3-8-1

電話：022-211-2624

E-mail：kensui-k2@pref.miyagi.lg.jp

スマートみやぎ健民会議

検索

受賞団体の皆様
おめでとうございます！

健康づくり優良団体表彰式を開催しました！



脱メタボ! みやぎ
健康
3.15.0
宣言!



脱メタボ! みやぎ健康 3.15.0 宣言
【公式HPはこちら】 <https://kenko-3150.jp/>
【公式Twitterはこちら】 <https://twitter.com/kenko3150>

会社・地域ぐるみの取組評価

県では、健康づくりに関する取組を積極的に進めている県内の企業・市町村・地域団体を表彰する「宮城県健康づくり優良団体等表彰制度」を創設しております。

今年度はみやぎ食育表彰式と合同で、今年1月18日に県庁内で第5回表彰式を行い、3団体を表彰しました。

第5回受賞団体
大賞【東松島市
優良賞】ゴリラカード
ギヤランティ株式会社、
石巻ダンベルクラブ

表彰団体の取組内容は、次のページで紹介するほか、脱メタボ! みやぎ健康3.15.0 宣言「ホームページ」にも掲載中です。ぜひご覧ください。

第5回宮城県健康づくり優良団体表彰

スマートみやぎ健民表彰団体の取組紹介



©宮城県・旭プロダクション

大賞 東松島市

若い世代を意識したインターネットやSNS・YouTubeを活用した情報発信、県内初となる「スマートミール」外食部門・中食部門の認証支援、宮城オフレ奥松島コースや奥松島運動公園の開設など復興と連動させ身体活動の増加につながるまちづくりの推進など、総合的な健康づくり対策を実施されています。



優良賞 企業部門 ゴリラガードギャランティ株式会社

週1回勤務時間内に本格的なエクササイズを30分間実施する、勤務中好きな時に医療機関の受診を認める、自社農園（ゴリラファーム）で収穫した野菜で週2回弁当を製造し社員へは割引で購入できるように配慮するなど、コストを極力かけずできることを自ら考え、実践し、従業員の意識改革に成功されています。また、警備業特有の勤務体系を考慮し、従業員が健康に資する活動に企業ぐるみで取り組める環境を創出されています。



優良賞 地域団体部門 石巻ダンベルクラブ

平成22年に結成し、様々な保健事業への協力、介護施設の慰問やイベント参加等を通じて、会員が運動普及ボランティアとして、いつでもどこでも簡単にできる「玄米ダンベルニギニギ体操」等の運動を普及することで、地域で意識的に身体を動かす人を増やし、市民の健康づくりを推進されています。

また、コロナ禍においても新しい生活様式を取り入れた活動で、市民のこころと身体に健康づくりに寄与されています。



これまでの取組紹介



公式ホームページでご紹介

政宗公は健康 3.15.0 だった!?

仙台藩を治めた政宗公が、健康にとっても気を遣っていたという文献が残されているそうです。

仙台市博物館にご協力いただき、ホームページでご紹介しています。ぜひご覧ください。



宮城県出身の人気 YouTuber

オガトレさんとコラボ動画!

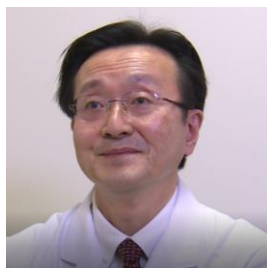
宮城県出身の人気 YouTuber 「オガトレ」さんとコラボし、自宅でもできるストレッチ+トレーニング動画を製作していただきました。寒い日が続きますが、ケガ防止のためにも、まずはストレッチで体をほぐすことから、レッツ！チャレンジ！



ホームページもより進化!

有識者動画を作成中!

県民の皆様に向け、食、運動、受動喫煙、歯の健康、そして健康経営等誰でも健康になれる環境づくりについて、県内の大学教授の皆様にご協力いただいた動画を作成中です。楽しみにお待ちしております☆



11月から開始

知事出演CMも放送中!



エアジャムフライデー（エフエム仙台）で放送予定

本間ちゃんとラジオ de コラボ!

ラジオ番組ともコラボし、生活習慣改善のポイントなどを、放送予定です。ぜひ職場の皆様とチェックしてみてください☆

放送予定 14:00~14:10 (10分間) を要チェック!

2月19日	メタボと食	2月26日	メタボと歯科保健
3月5日	メタボと運動	3月12日	メタボと受動喫煙

スマート会員対抗 「アプリ大運動会」お疲れ様でした！

スマートみやぎ健民会議(県民運動)開始から5周年を迎えて、初のスマート会員向けイベントとなる「アプリ大運動会」を開催しました。

初めての試みでしたが、116チーム、500名を超える皆様にご参加いただき、12社の応援企業様に賞品をご提供いただきました。

「楽しく」歩く機会の増加に向けて、そして職場でのコミュニケーションのツールにもなれるよう、R3年度も開催できればと考えております。

今年度参加を見合わせた企業の皆様、ぜひ来年度は「楽しく」歩くをご一緒したいです！

どうぞよろしくお願ひいたします^^

みやぎウォーキングアプリ 食キャンペーン実施中です！

2月12日(金)から3月12日(金)まで、みやぎウォーキングアプリ内で、みやぎの「食」キャンペーンを実施します。

まだアプリを入れていない方もぜひこの機会にダウンロードし、みやぎの「食」GET に向けて「楽しく」歩いてみませんか☆



みやぎウォーキングアプリ 団体登録を忘れずに！

みやぎウォーキングアプリは、既存アプリを活用しています。アプリをダウンロードした後、必ず団体登録画面から、団体認証コード「miyagiken」を入力してくださいね。

ベジプラスメニュー 県内約 500 店舗で販売します！



昨年度大好評いただいたベジプラスメニュー第2弾！「野菜を食べよう！あと100g」を推進するため、県内の大学生から“お父さん健康でいてね”をテーマに、野菜たっぷりのベジプラスメニューのレシピを募集しました。

このレシピの中から、イオン東北(株)様、(株)ウジエデリカ様、(株)藤崎様、(株)ローソン様にご協力いただき、おそうざいやお弁当として8品が商品化され、イオン、ウジエ、藤崎本店、ミニストップ、ローソンの県内約500店舗(一部店舗を除く)で販売されます。

お近くのお店の惣菜コーナーで、ベジプラスマークを見つけたら、ぜひ一度食べてみてください♪



【編集後書】

花粉症の方、いらっしゃいませんか？鼻水、鼻づまり、せき、くしゃみなど、症状が新型コロナと同じですし、周りの目が気になりますよね。新型コロナが不安で、心の余裕がなくなりそうなこの頃ですが、新型コロナも花粉症も、ウイルスや花粉が原因であって、せきやくしゃみをしている人が悪い訳ではありません。

気候もあたたかくなってきますので、ぜひ思いやり溢れる、あたたかい社会を築くため、まずは自分の心も体も気を付けようと思う今日この頃です。(キ)

スマートみやぎ健民会議に関するお問合せは…

担当 宮城県健康推進課 健康推進第二班
TEL 022-211-2624
FAX 022-211-2697
e-mail kensui-k2@pref.miyagi.lg.jp

