

(2)「健康はいいよね」みんなで取り組むあいちづくり運動

1 目的

本県は、子どもからお年寄りまで県民一人ひとりが主体となって健康づくりに取り組み、全世代にわたる健康の実現を目指している。そのため、県民の「運動習慣」や「食生活改善」などの行動変容を促すため、県民が主体的に健康づくりに取り組むきっかけとなる事業を行う。

2 事業内容

(1) 健康長寿あいちウオーク事業

愛知県ウォーキング協会と共催で、子どもからお年寄りまでが参加することができるウォーキング大会（「健康長寿あいちウオーク」）を年2回開催する。（蒲郡市、豊田市）

ア「第3回健康長寿あいちウオーク」～海風そよぐ蒲郡をめぐる～【終了】

- 1：日時 平成24年5月20日（日）出発式：午前9時
- 2：集合場所 蒲郡市民会館前ひろば（蒲郡市栄町3-30）
- 3：コース ①ロングコース（約14キロ）②ショートコース（約7キロ）
竹島、清田の大楠などをめぐるコース
- 4：参加者数 約250名



イ「第4回健康長寿あいちウオーク」～紅葉の昭和の森を訪ねる～【予定】

- 1：日時 平成24年11月18日（日）出発式：午前9時
- 2：集合場所 未定
- 3：コース ①ロングコース ②ショートコース
昭和の森などをめぐるコース

※詳細は今後決定する。

(2) 今日から始める生活習慣改善運動

運動や食生活を中心とした行動変容を促すため、簡単に取り組める事例とその効果についてのリーフレット等を作成し、県民健康祭などのイベントで配布し全県的な県民運動を展開する。