

今年度の取組について

- 1 令和 7 年度庁内ワーキング会議 結果報告
- 2 令和 7 年度庁内推進会議・幹事会 結果報告
- 3 ウォーキングイベント

庁内ワーキング会議 結果報告

第1回 5月30日（木）

- ◆ 「健康まえばし21」、今年度テーマ、各課と計画の関わり等を確認
- ◆ 指標に関わる各課の取組共有、周知媒体のアイデア募集（グループワーク）
- ◆ 指標・関連事業の実績提供依頼、今後のスケジュール共有

第2回 7月18日（金）

- ◆ 周知媒体案の確認
- ◆ 指標・関連事業の実績と、今年度の取組方針の確認
- ◆ 指標の目標達成に向けた取組の検討、周知媒体の配布先のアイデア募集（グループワーク）

庁内推進会議・幹事会 結果報告

第1回
9月1日（月）

- ◆ 「健康まえばし21」、今年度テーマ、各課と計画の関わり等を確認
- ◆ 指標、関連事業の実績を確認
- ◆ こども支援課、教育委員会総務課、国民健康保険課、長寿包括ケア課より、今年度の重点的な取組を発表
- ◆ 今年度の取組を確認

ワーキング会議の意見を周知媒体に反映

1 ちらし案 ▶

表（栄養・食生活）

11月に業者に印刷を依頼 裏（糖尿病）



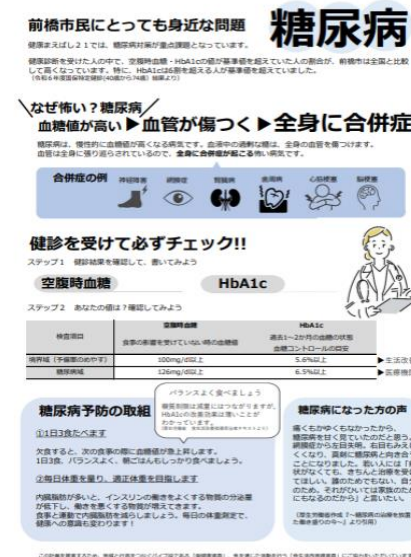
共食は大切

食べな→食べたらほめる

糖質制限と糖尿病の関連

レシピを載せると良い

欠食と血糖値の上がり方



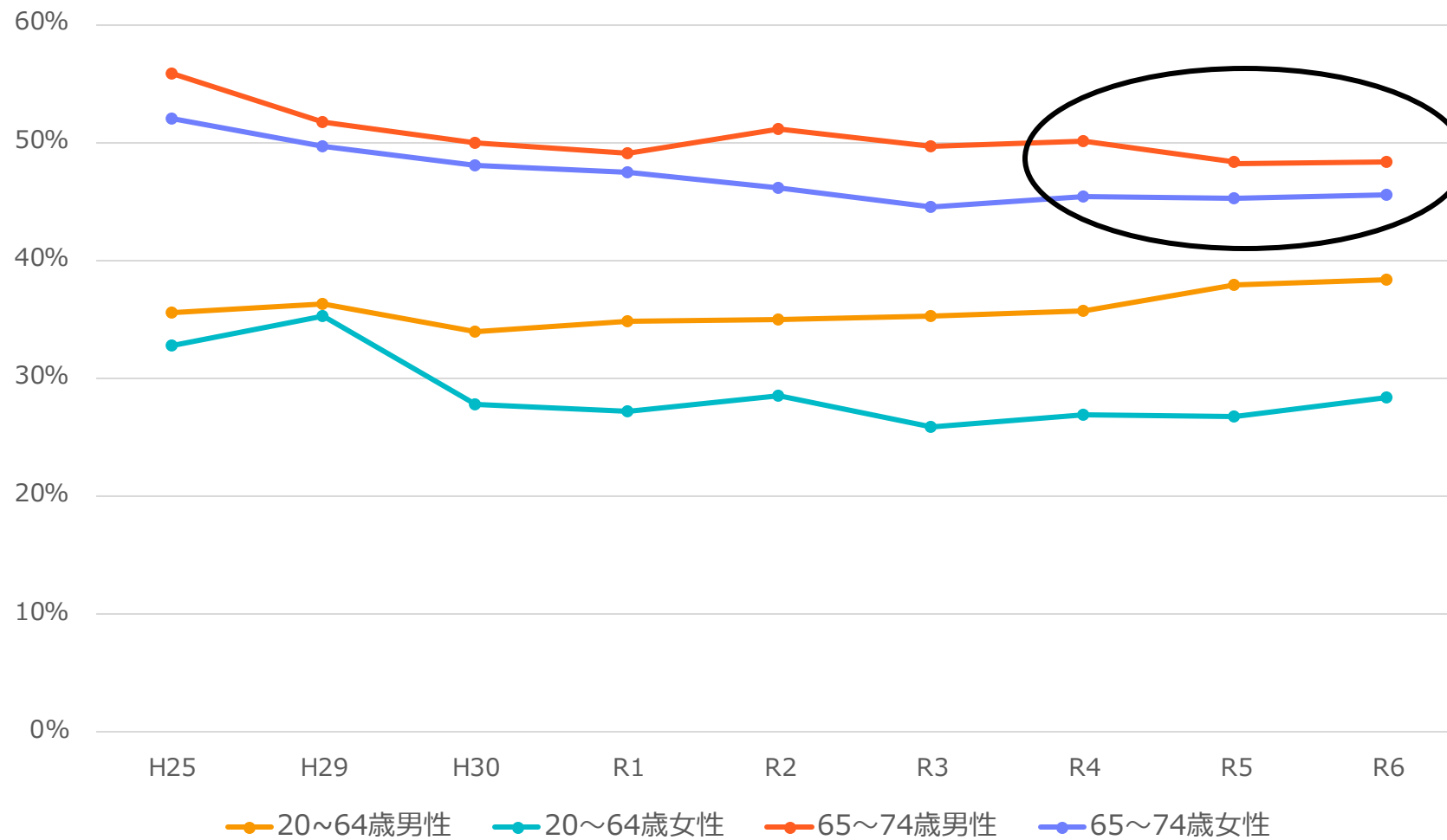
自分のデータ

糖尿病になった方の事例

2 動画

YouTube投稿、デジタルサイネージでの放映、LINE配信、すぐーる配信等

運動習慣者の割合



働く人のニューイヤークーキング

課題

前橋市の「運動習慣者の割合」は平成29年度より減少傾向。

特に、働く世代が多い20～64歳の運動習慣者の割合は低く、働く世代の運動習慣の定着が課題となっている。



働く世代の運動習慣の定着を目的とし、本事業を令和4年度より開始。

群馬県公式アプリGWALK+を活用した3～7人グループでチャレンジする前橋市在勤者向けのイベント。

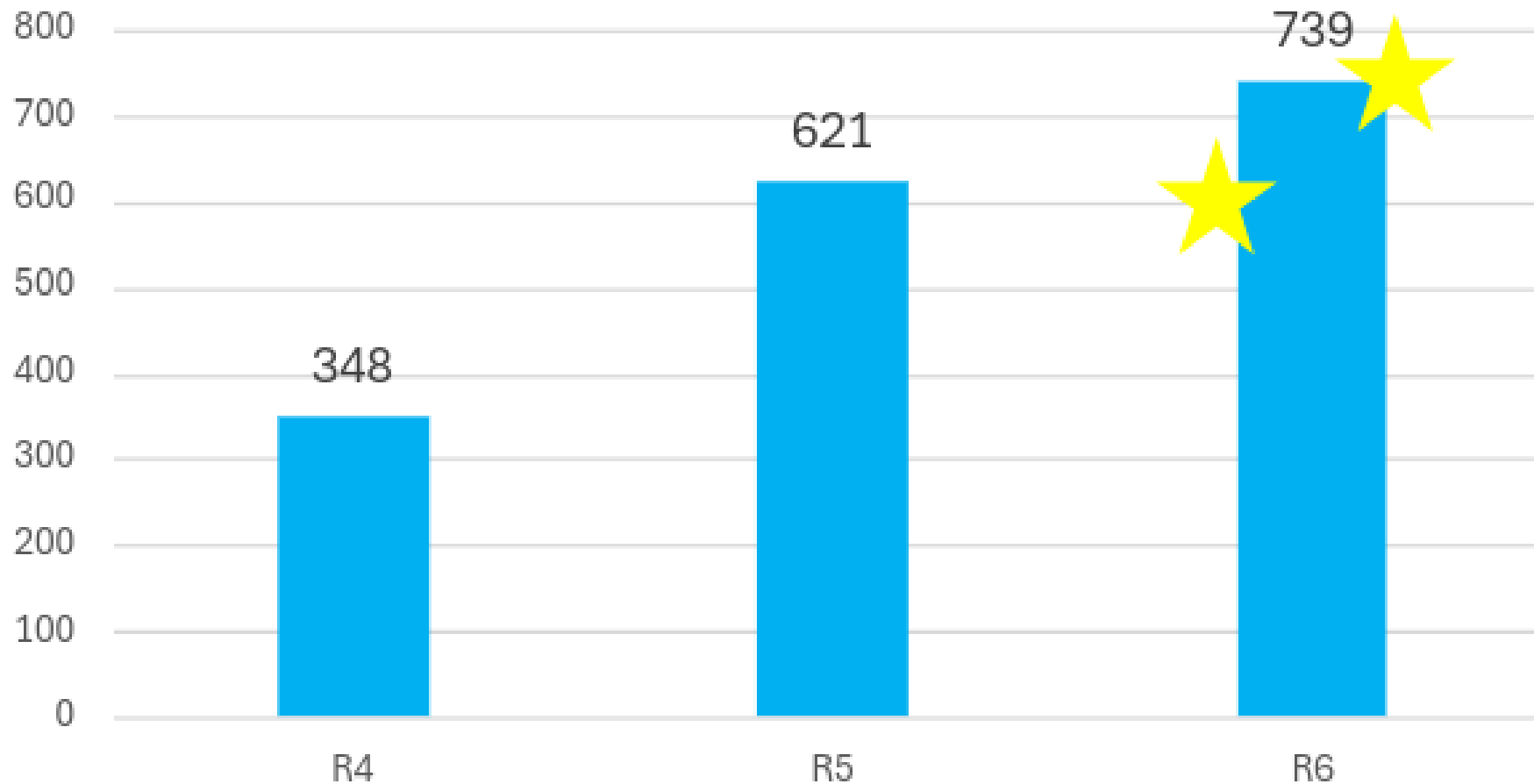
働く世代はグループ参加がカギ

職場単位でのグループ参加にすることで

- ◎ 運動に興味のある方から運動無関心層への働きかけが期待できる。
- ◎ 職場での健康の話題が増えていく。

年々参加者が増えています

働く人のニューイヤークオーキング推移



嬉しい感想も続々



このイベントがなかったら、寒い中、歩かなかったと思います。歩かなきゃ、と思い、結果楽しく歩く事ができました



健康維持や増進また社内のコミュニケーションも活発になり良いイベントだと感じた。



今年度の実施期間

申込期間

令和7年11月1日から12月15日

チャレンジ期間

令和8年1月1日から1月31日

働く世代に健康の芽吹きを



NEW

まえばしウォーキングチャレンジ

前橋市在住者向けのイベント。

群馬県公式アプリ「G-WALK+」を活用し、気軽にできるウォーキングに取り組むことにより、市民の運動習慣のきっかけ作りと、運動習慣の定着を図る。

目標歩数（6000歩）を達成した人の中から、抽選で景品が当たる。

実施期間

申込期間

令和7年9月1日から9月30日

チャレンジ期間

令和7年10月1日から10月31日

NEW

効果検証も行います

アプリ提供会社より、参加者の歩数等データの提供を受け、イベントの参加前と参加中での歩数の変化を集計します。

さらに、参加者の歩数の変化を、曜日・天気・気温等と照らし合わせることで、ウォーキング習慣の定着を後押しできるヒントを探ります！



周知のご協力、お願いします

ご参加もお待ちしております。