

～健康づくりキャンペーン「チョイケン！」～
チョイケン！健康チェック DAY in ヨークパーク
を開催します



ターゲット 3.4



ターゲット 17.17

2026年1月15日
郡山市保健福祉部
保健所健康政策課
課長 木村 邦則
TEL: 924-0102

SDGs ターゲット 3.4 「2030年までに、非感染性疾患による若年死亡率を、予防や治療を通じて3分の1減少させ、精神保健及び福祉を促進する。」
SDGs ターゲット 17.17 「さまざまなパートナーシップの経験や資源戦略を基にした、効果的な公的、官民、市民社会のパートナーシップ」を奨励・推進する。

住民の健康への第一歩を応援する「健康づくりキャンペーン『チョイケン！』」の一環として、気軽に自身の健康状態を知り、日頃の生活習慣の見直しにつなげていただくことを目的に、健康づくり体験イベント「チョイケン！健康チェック DAY」を開催します。



1 日 時 1月17日(土)・18日(日) 午前10時～午後4時

2 会 場 ヨークパーク 4階エスカレーター前(郡山市西ノ内2丁目11-40)

3 内 容

(1) カゴメ「ベジチェック」による野菜摂取量測定

手をかざすだけで推定野菜摂取量を測定できる機器を使い、野菜摂取状況を確認できます。

(2) 「ソルセイブ」による塩味チェック

塩分濃度の異なるろ紙を舌に乗せ、うす味を感じられるか等自分の味覚を確認できます。

(3) 「握力測定」で筋力チェック

握力測定により、全身の筋力や健康状態の目安を確認できます。



2025年12月6日・7日にはえぽか(本宮市民元気いきいき応援プラザ)で実施した同イベントの様子

4 来場者特典

(1) 健康チェックを3つ全て体験された方、2日間合計先着100名様に記念品をプレゼントします。

(2) 会場に掲示されているQRコードを読み取ると、ふくしま健民アプリのポイントが200ポイントト獲得できます。

健康づくりキャンペーン「チョイケン！」

ハードルが高いと思われがちな健康づくり。「ちょっとかえる、ちょっとかわる。暮らしに健康をプラス。」をキャッチコピーに、日常を少し変えるアクション「ちょっと健康 チョイケン！」を応援するキャンペーン。

減塩・禁煙・脱肥満を三本柱とし、郡山市民の健康課題やその解決方法の周知、気軽に参加できるイベント、企画を展開しています。

choi-ken
ちょこっと健康。チョイケン！

＜郡山市健康づくりキャンペーン チョイケン！特設サイトを開設しました＞

健康づくりキャンペーンのイベント情報のほか、6つの質問に答えるだけで健康度が分かる「健康チェック」や、日常生活に取り入れやすい健康づくりのヒント等を掲載しています。 URL : <https://choiken.com>



健康づくりキャンペーン
チョイケン！特設サイト