

～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 日にえぼか (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「ちょこっと健康 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