

郡山市健康づくりキャンペーン「チョイケン！」  
パネル展・健康づくり体験イベント、  
ふくしま健民アプリ市民限定企画を実施します



ターゲット 3.4



ターゲット 17.17

2023年11月8日  
郡山市保健福祉部  
保健所健康政策課  
課長 郡司 兼介  
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。

郡山市健康づくりキャンペーン「チョイケン！」の一環で、「Health Wave KORIYAMA パネル展・健康づくり体験イベント」及びふくしま健民アプリ郡山市民限定ミッション「6,000 歩を5日間歩こう！」を実施します。

## 1 Health Wave KORIYAMA パネル展・健康づくり体験イベント

(1) 日時 11月9日(木)～15日(水) 午前9時～午後9時  
※健康づくり体験イベントは11月11日(土)・12日(日) 午前9時～午後5時

(2) 場所 イオンタウン郡山おしゃれ館(郡山市松木町2-88)

(3) 内容 ①パネル展

- 健康づくりに取り組む方の思いを紹介している WEB コンテンツ  
「Health Wave KORIYAMA」のパネル展。



Health Wave KORIYAMA  
(ココカラこおりやま)

②健康づくり体験イベント

<https://www.city.koriyama.lg.jp/site/kokokara-koriyama/54535.html>

- カゴメベジチェックによる野菜摂取量測定(先着120名に記念品プレゼント)
- 親子で対決! 体力テスト(先着50名にこども向け健康食品等プレゼント)

※ふくしま健民アプリのミッションとなっており、会場に掲示してあるQRコードを同アプリで読み取ると200ポイント獲得

## 2 ふくしま健民アプリ郡山市民限定ミッション「6,000 歩を5日間歩こう！」

(1) 期間 11月18日(土)～12月3日(日)

(2) 内容 ①期間中に6,000歩を合計5日間歩くと、アプリ200ポイント獲得。

②達成者には抽選で30名様に「あさか舞」などをプレゼント。

※参加方法は近日中に「チョイケン！」ウェブサイトにて公開予定。

### 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。食・運動・社会参加を三本柱とし、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。



「チョイケン」ウェブサイト  
(ココカラこおりやま)

<https://www.city.koriyama.lg.jp/site/kokokara-koriyama/91683.html>



2024(令和6)年に郡山市は市制施行100周年を迎えます!!

ひらけ 未来へ こおりやま

ちよつとかえる、  
ちよつとかわる。

健康づくりキャンペーン

KORIYAMA-CITY

暮らしに健康をプラス。

いつもの毎日に、無理なく楽しく出来ることからまずははじめてみよう



choi-ken  
ちよつと健康。チョイケン!

健康づくりはハードルが高いと思われがちですが、「ちよつとかえる、ちよつとかわる。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「ちよつと健康 choi-ken(チョイケン)」を応援します。

## Health Wave KORIYAMA パネル展・健康づくり体験イベント



健康づくりに取り組む方の思いを紹介しているWEBコンテンツ「Health Wave KORIYAMA」のパネル展と健康づくり体験イベントを開催！会場に掲示してあるQRコードをふくしま健民アプリで読み取ると200ポイント獲得！

- 日時 2023年11月9日(木)～15日(水)9時～21時
- 場所 イオンタウン郡山おしゃれ館
- 健康づくり体験イベント  
日時 11月11日(土)・12日(日)9時～17時

### カゴメ ベジチェック

野菜摂取量を測ってみよう！

先着120名様に  
記念品プレゼント

### 親子で対決！体力テスト

記録に挑戦！親子で体力テスト！

先着50名様に  
健康食品プレゼント！

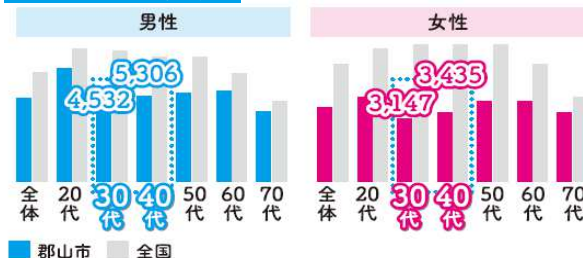
## ふくしま健民アプリ郡山市民限定ミッション 「6,000歩を5日間歩こう！」

ふくしま健民アプリのミッションにエントリーして期間中に6,000歩を合計5日間歩くと、アプリ200ポイント獲得！

- 期間 2023年11月18日(土)～12月3日(日)
- 参加方法 ウェブサイト「ココカラこおりやま」に詳細が決まり次第掲載

ミッションをクリアした参加者の中から抽選で30名様に「あさか舞」などのもらって嬉しい賞品をプレゼント！

### 1日あたりの歩数



郡山市民1日あたりの歩数は、30～40歳代が特に少なく、全国と比較して男性は約2/3、女性は1/2の数字です。

参考資料：令和3年度郡山市民健康づくり・食育に関するアンケート結果  
2019年国民健康・栄養調査結果

郡山市保健所健康政策課  
TEL:024-924-3020



あなたの choi-ken を応援するコンテンツが盛りだくさん！

心と体の健康応援サイト  
ココカラ  
こおりやま！

ココカラこおりやま！

検索

