

(様式1)



報道資料

平成30年 3月 9日

1. 件名	運動推進のための普及啓発パンフレット 「大人のカラダ 弱点解決ブック。」について
2. 日時	—
3. 場所	山口市保健センター 山口市小郡保健福祉センター 山口市徳地総合支所 山口市阿東保健センター 山口県健康づくりセンター にて設置配布中
4. 内容	<p>山口市では、元気いきいき推進計画に基づき、健康づくりの基盤となる「身体活動・運動」について重点的に取り組んでいるところです。</p> <p>特に、生活習慣病が現れやすくなる世代かつ子どもの健康にも大きな影響を与える子育てに関わる世代でもある青・壮年期世代（20～50代）においては運動の実践割合が最も低い世代でもあるため（19%）、健康づくりのための活動量増加・運動習慣の必要性についての普及啓発、ライフスタイルに合う取り組みやすい運動についての情報提供を目的とした媒体「大人のカラダ 弱点解決ブック」を作成しました。</p> <p>このパンフレットを読んでいただくことで、日頃の運動不足を認識するとともに健康づくりのために何かしらの運動や生活活動の改善を起こしたくなるような内容になっております。</p> <p>今後、青・壮年期を中心とした市民や企業等を対象とした健康づくり講座で配布活用するとともに山口市の各保健センター等にも設置をしており、希望される市民や団体にも配布する予定です。</p> <p>ぜひ御社で取り上げていただくようお願い申し上げます。</p>
5. 出席者	—
6. 問い合わせ	山口市健康福祉部健康増進課（山口市保健センター） TEL 083-921-2666