

(事業所及び加入者向け)

働き盛り世代に対する保健事業一覧

香川県保険者協議会では、香川県の課題でもある糖尿病重症化予防対策に対し、特に働き盛り世代の方々に対する生活習慣改善の機会を積極的に活用してもらえるよう保健事業一覧を作成しています。この一覧では、働き世代の方がご自身の居住地や利用しやすい場所で、参加できる「健康相談」「健康教室」などをご紹介します。

【働き世代の皆様へ】

ご自身の健康づくりはもちろんのこと、ご家族や職場等、多くの方にご活用いただけるよう、ご案内します。

【事業所等 健康づくりご担当者様へ】

従業員の方々の健診後のフォロー等に、こうした機会への積極的活用を勧奨いただけるよう、ご案内します。

【保健医療関係者等の皆様へ】

保健医療関係者の方々には、係られる相談者の方への情報提供に、ご活用いただくと幸いです。

	市町名 (団体名)	区分	内容	対象者	時期	開催場所	周知方法・申し込み	要申込 (○)	担当部署	連絡先	備考
1	丸亀市	健診結果相談	健診結果等の健康相談 (保健師、栄養士、理学療法士による相談)	全市民	平日	各コミュニティセンター 保健センター等	【周知方法】全戸配布の健康だよりやコミュニティ誌により周知 【申込】予約不要		健康課	0877-24-8806	
2		栄養	栄養相談	全市民	平日	保健センター	【周知方法】全戸配布の健康だよりや広報により周知 【申込】要予約	○			
3	坂出市	運動	みんなで健幸ウォーキング:総合型地域スポーツクラブ 「みんなでスポーツさかいで」と連携し、さかいで健幸 マップに掲載しているおすすめコースを歩く。	市民 (年齢制限なし)	毎月2回 (日・木) ※8月を除く	市内各地	【周知方法】広報誌等 【申込】要予約 【申込先】みんなでスポーツさかいで事務局 0877-85-5354	○	けんこう課	0877-44-5006	参加費100円が必要 (みんなでスポーツ会員は不要) ホームページURL: https://www.city.sakaide.lg.jp/so shiki/hisyokouhou/demaekouza.h tml
4		普及啓発・健康全般	なるほど!坂出!!出前講座(坂出市政出前講座): 市政のこのうち、健康に関する出前講座を実施。 (テーマ:栄養、口腔、こころ、生活習慣病、健康寿命、 感染予防、運動)	市民 (年齢制限なし)	希望日	希望場所	【周知方法】ホームページ 【申込】要 【申込先】開催希望日の30日前までに、申込書をけんこ う課へ提出	○			
5		健診結果相談	まちかど健診講座:健診結果の見方やからだの「いま」 と「未来」について、保健師と管理栄養士から学べる講 座。	全市民	平日	各公民館 保健センターなど	【周知方法】広報誌・ホームページ・チラシの配布 【申込】要予約	○			
6		栄養	管理栄養士による個別相談	全市民	平日	地域保健センター	【周知方法】広報誌・ホームページ・チラシの配布 【申込】希望日の5日前までに要予約(窓口または電話)	○			
7	善通寺市	健診結果相談	①いきいき健康相談:市役所等で健康相談を実施。健 診結果等の説明や体組成測定を行う。 ②個別健康相談:窓口での健康相談を保健師・栄養士 が随時実施。	市民	平日	市役所等	【周知方法】広報・チラシの配布(公民館・健診実施医療 機関・各地区健康推進員研修会等での配布、または回 覧など) 【申込】要	○	保健課	0877-63-6308	
8		運動・栄養	①知っ得講座:生活習慣病予防のため運動実施者に よる運動実践、栄養士による栄養実施を含めた基礎的 知識を学べる講座。	市民	平日	運動:市民体育館 栄養:市民会館	【周知方法】広報・ホームページ・チラシの配布 【申込】運動:要 栄養:要	○			
9		運動	①健康器具指導:生活習慣病予防として、運動習慣の 獲得を目的とし、運動指導者が公民館にある健康器具 の使用の仕方について指導を行う。	市民で18歳以上の方	平日	各地区公民館	【周知方法】広報・ホームページ・チラシの配布 【申込】要	○			
10		健康全般	①健康づくり講座:生活習慣病予防のための3か月間 の講座。生活改善のため栄養や運動など基本的知識 について学べる講座。	市民で 特定保健指導対象者 などハイリスク者	平日	市民会館等	【周知方法】ホームページ・チラシの配布、対象者に対し 案内の送付 【申込】要	○			
11		栄養・運動	①健康運動大学:生活習慣病予防のため、運動指導 者による運動指導を中心とした教室。個別栄養相談も 同時実施。	市民で40~65歳の方	平日	市民体育館 (個別:市民会館、市役所等)	【周知方法】広報・ホームページ 【申込】要	○			
12	普及啓発・健康全般	①ヘルスクール:生活習慣病予防を目的とした調理 実施と講話。	市民で20歳代 ~50歳代の方	9月~12月 (4回コース)	市民会館等	【周知方法】広報・ホームページ、ポスターやチラシの配 布 【申込】要	○				

(事業所及び加入者向け)

働き盛り世代に対する保健事業一覧

香川県保険者協議会では、香川県の課題でもある糖尿病重症化予防対策に対し、特に働き盛り世代の方々に対する生活習慣改善の機会を積極的に活用してもらえるよう保健事業一覧を作成しています。この一覧では、働き世代の方がご自身の居住地や利用しやすい場所で、参加できる「健康相談」「健康教室」などをご紹介します。

【働き世代の皆様へ】

ご自身の健康づくりはもちろんのこと、ご家族や職場等、多くの方にご活用いただけるよう、ご案内します。

【事業所等 健康づくりご担当者様へ】

従業員の方々の健診後のフォロー等に、こうした機会への積極的活用を勧奨いただけるよう、ご案内します。

【保健医療関係者等の皆様へ】

保健医療関係者の方々には、係られる相談者の方への情報提供に、ご活用いただくと幸いです。

	市町名 (団体名)	区分	内容	対象者	時期	開催場所	周知方法・申し込み	要申込 (○)	担当部署	連絡先	備考
13	観音寺市	健康相談	健診結果説明等、保健師や管理栄養士による個別相談(血圧測定含む)を実施。5月～8月は骨密度測定を実施。	市民 (年齢制限なし)	5月～3月 (月1回程度)	保健センター 大野原いきいきセンター 豊浜福祉会館	【周知方法】本庁・支所・実施施設へのポスター掲示、担当課窓口でのチラシ配布 【申込】要予約	○	健康増進課	0875-23-3964	
14		運動	健康運動指導士によるゆう酸素リフレッシュ体操を実施。	市民のうち 特定健診を受診し、 何らかの異常がある者	年3クール実施 (1クール) 月1回/4ヵ月	大野原いきいきセンター	【周知方法】広報誌等 【申込】要申し込み	○			
15		普及啓発	慢性腎臓病(CKD)の重症化予防・発症予防を目的とした医師・管理栄養士による講演。	市民 (年齢制限なし)	2月頃	ハイスタッフホール	【周知方法】広報誌等 【申込】要申し込み	○			
16	さぬき市	病態別教室	【糖尿病予備軍リセットセミナー】 医師講話、運動実習、栄養講話、歯科講話、血管年齢測定	市民 (年齢制限なし)	9月平日 《4回コース》 13:30～15:00	寒川庁舎会議室	【周知方法】個別案内・広報・音声告知放送 【申込】電話予約	○	国保・健康課	0879-26-9907	9月7日(水)、14日(水)、 21日(水)、28日(水)
17		病態別教室	【高血圧・脂質異常症予備軍リセットセミナー】 医師講話、運動実習、栄養講話、歯科講話、血管年齢測定		11月平日 《4回コース》 13:30～15:00	志度東体育館	【周知方法】個別案内・広報・音声告知放送 【申込】電話予約	○			11月9日(水)、18日(金)、 24日(木)、30日(水)
18		運動・栄養	【生活習慣病予防教室(気軽に♪1プラス)】 運動指導、栄養講話、水中ウォーキング		奇数月平日 13:30～15:30	・津田公民館 ・クアタラノさぬき ・寒川農村環境改善センター ・長尾公民館	【周知方法】広報・音声告知放送 【申込】電話予約	○			5月20日(金)、7月29日(金) 9月29日(木)、11月4日(金) 1月27日(金)、3月2日(木)
19		病態別教室(CKD)	【慢性腎臓病講演会】 医師講話、栄養講話		10月、2月 平日 13:30～15:00	・津田保健センター	【周知方法】個別案内 【申込】電話予約	○			
20		健康相談	【健康相談】 保健師による健康相談(健診結果等相談)		毎月3回平日 13:20～14:00 9:30～11:00	・津田公民館北山分館 ・志度保健センター ・長尾保健センター	【周知方法】広報 【申込】不要				
21		栄養	【栄養相談】 管理栄養士による栄養相談		毎月1回平日 14:00～16:00	・寒川庁舎	【周知方法】広報 【申込】電話予約	○			
22	東かがわ市	健康相談	成人健康相談(要予約)、骨密度相談(要予約、20歳以上の方)、栄養相談(要予約)	全住民	平日	保健センター等	広報やホームページ、母子関係相談、健診や各種成人保健事業において周知。電話申し込み。	○	保健課	0879-26-1229	
23	三豊市	健診結果相談	自身が受診の健診結果等の健康相談	住民	平日	保健センター等	広報・防災無線等による周知		健康課	0875-73-3014	
24		運動	インストラクターによるストレッチ、筋力トレーニング、ウォーキング指導	住民 (おおむね40～74歳)	12～3月 全12回	三豊市市民交流センター	広報等による周知 申し込み要	○			

(事業所及び加入者向け)

働き盛り世代に対する保健事業一覧

香川県保険者協議会では、香川県の課題でもある糖尿病重症化予防対策に対し、特に働き盛り世代の方々に対する生活習慣改善の機会を積極的に活用してもらえるよう保健事業一覧を作成しています。この一覧では、働き世代の方がご自身の居住地や利用しやすい場所で、参加できる「健康相談」「健康教室」などをご紹介します。

【働き世代の皆様へ】

ご自身の健康づくりはもちろんのこと、ご家族や職場等、多くの方にご活用いただけるよう、ご案内します。

【事業所等 健康づくりご担当者様へ】

従業員の方々の健診後のフォロー等に、こうした機会への積極的活用を勧奨いただけるよう、ご案内します。

【保健医療関係者等の皆様へ】

保健医療関係者の方々には、係られる相談者の方への情報提供に、ご活用いただくと幸いです。

	市町名 (団体名)	区分	内容	対象者	時期	開催場所	周知方法・申し込み	要申込 (○)	担当部署	連絡先	備考	
25	土庄町	健診結果相談	保健師、栄養士、歯科衛生士による健診結果等の健康相談を実施。	町民 20～30歳代	日曜、平日	保健センター等	【周知方法】健診受診時 【申込】要予約	○	健康福祉課	0879-62-7002		
26		歯科相談	歯科健診・歯科指導を実施。	町民 20～69歳	平日(日中) 年4回	保健センター	【周知方法】広報誌、がん検診会場 【申込】要予約	○				
27	三木町	健康相談	心、身体、歯科の健康相談(保健師、管理栄養士、歯科衛生士対応)	全町民	毎月第3水曜日 13:30-15:00	防災センター 各地区公民館	【周知方法】健康相談リーフレット、広報誌 【申込】予約なし		住民健康課	087-891-3303	※歯科相談は防災センターのみ	
28		栄養・運動	骨密度測定を行い、骨粗しょう症の予防として栄養と運動のアドバイスを実施	全町民	全5回	各地域	【周知方法】健康相談リーフレット、広報誌 【申込】要予約	○				
29		運動教室	運動強度によって2コースに振り分けた運動教室。町内運動施設インストラクターに委託。	全町民	10月～2月	防災センター	【周知方法】広報誌、特定保健指導対象者に個別周知 【申込】要予約	○				
30		普及啓発・健康全般	1歳6か月児健診の歳に保護者の健康相談を実施。健診受診勧奨、食事、運動について。	子育て世代	毎月	防災センター	【周知方法】なし					※コロナ禍において中止
31		普及啓発	世界腎臓デーに合わせて、CKD予防のための減塩促進リーフレットを全世帯に配布	全町民	2月20日	-	【周知方法】広報誌とともに全世帯配布					
32		普及啓発	広報誌、防災ラジオ、HP、各種SNSにおいて食育、健康情報をお届けする	全町民	毎月	-	【周知方法】広報誌、防災ラジオ、HP、SNS					
33		健康相談	精神科医によるこころの健康相談	全町民	年4回	防災センター	【周知方法】広報誌					
34		健康相談	こころの相談リーフレット	全町民			【周知方法】広報誌とともに全世帯配布					
35		普及啓発・健康全般	歯と口の健康フェスタ(歯科医師会と連携)	全町民	6月	文化交流プラザ	【周知方法】広報誌、HP、SNS					
36		普及啓発	禁煙の啓発	全町民		-	【周知方法】広報誌、防災ラジオ、ポスター掲示					
37		普及啓発	がん検診の啓発	全町民		-	【周知方法】広報誌、防災ラジオ、HP、SNS、三木まんて願まつり					※コロナ禍において三木まんて願まつりについては中止
38	直島町	普及啓発・健康全般	生活習慣病やフレイルなど、月ごとにテーマを決め、管理栄養士が健康講話を行う。体操も実施。健康講話の前後で、保健師・管理栄養士への個別の相談も可能。	全町民 (年齢制限なし)	第1金曜日 10時～11時	西部公民館	【周知方法】町内放送 【申込】不要		住民福祉課	087-892-3400		
39		栄養	生活習慣・栄養改善の必要な者に対し、管理栄養士が改善のための助言等を行う。	医師や職員がその必要性を認める者	第1・2・3木曜日	西部公民館・訪問	【周知方法】市民への周知は無し。 【申込】医師やケアマネージャーからの申し込み	○				

(事業所及び加入者向け)

働き盛り世代に対する保健事業一覧

香川県保険者協議会では、香川県の課題でもある糖尿病重症化予防対策に対し、特に働き盛り世代の方々に対する生活習慣改善の機会を積極的に活用してもらえるよう保健事業一覧を作成しています。この一覧では、働き世代の方がご自身の居住地や利用しやすい場所で、参加できる「健康相談」「健康教室」などをご紹介します。

【働き世代の皆様へ】

ご自身の健康づくりはもちろんのこと、ご家族や職場等、多くの方にご活用いただけるよう、ご案内します。

【事業所等 健康づくりご担当者様へ】

従業員の方々の健診後のフォロー等に、こうした機会への積極的活用を勧奨いただけるよう、ご案内します。

【保健医療関係者等の皆様へ】

保健医療関係者の方々には、係られる相談者の方への情報提供に、ご活用いただくと幸いです。

	市町名 (団体名)	区分	内容	対象者	時期	開催場所	周知方法・申し込み	要申込 (○)	担当部署	連絡先	備考
40	直島町	運動教室	健康運動指導士による運動を実施。	全町民 (年齢制限なし)	第1水曜日 9時半～11時	西部公民館	【周知方法】町内放送 【申込】不要		住民福祉課	087-892-3400	
41		健診結果相談	健診結果をお持ちいただき、検査項目の意味について説明する。講話の前後で、保健師、管理栄養士への個別の相談も可能。	全町民 (年齢制限なし)	9月第1金曜日 10時～11時	西部公民館	【周知方法】町内放送 【申込】不要				
42	宇多津町	健康相談	健康相談：検尿、体内脂肪測定、血圧測定、血管老化度測定、保健師相談	全町民	毎週水曜日 9時～11時半	保健センター	【周知方法】広報 【申込】健康相談(予約不要)		健康増進課 (保健センター)	0877-49-8008	
43		健康相談	病態栄養相談(第1・3・5水曜日)：糖尿病、高血圧などの疾患に対する個別栄養相談		毎週水曜日 9時～11時半	保健センター	【周知方法】広報 【申込】病態栄養相談(要予約)	○			
44		健康全般	骨密度測定：超音波によるかかとの骨密度測定		第4水曜日 9時～11時半	保健センター	【周知方法】広報 【申込】予約不要				
45		運動教室	元気もりもり運動教室：健康運動指導士等を招き、タオルやボール等の道具を取り入れた運動やストレッチ、ウォーキングを行います。		月2回火曜日 9時半～11時	保健センター等	【周知方法】広報 【申込】予約不要				
46		健康相談	こころの相談：臨床心理士による個別相談(ストレス、対人関係、不安感など)。ひとり1時間。秘密厳守。		月1回 9時～12時	保健センター	【周知方法】広報 【申込】要予約	○			
47		運動教室	メタボ予防運動教室：生活習慣病、メタボリックシンドローム予防など、健康づくりには適度な運動(内臓脂肪燃焼など)が有効です。本教室では健康運動指導士の先生を招いて一緒に運動を行っています。		月2回日曜日 9時半～11時	保健センター	【周知方法】広報 【申込】予約不要				
48	琴平町	健康相談	血圧や尿検査、体重・体脂肪率の測定 栄養や健康に関する相談を実施	町民 (年齢制限なし)	第1月曜日 (奇数月) 10時～11時	総合センター	【周知方法】広報誌等 【申込】予約不要		子ども・保健課	0877-75-6719	
49					第1月曜日 (奇数月) 13時半～14時半	デイサービスセンター					
50					第1金曜日 (偶数月) 13時半～14時半	文化会館					
51					第3水曜日 (偶数月) 10時半～11時半	榎井公民館					
52					第4水曜日 (奇数月) 10時～11時	ゆうあいの家					
53	多度津町	健康全般	健康づくりセミナー (希望者を対象とする健康教室)	全住民	平日(日中)	保健センター	広報、チラシにより周知 電話申し込み	○	保健センター	0877-32-8500	
54		運動	ノルディックウォーキング教室 (希望者対象)		平日(午前中)	保健センター	広報、チラシにより周知 電話申し込み	○			

(事業所及び加入者向け)

働き盛り世代に対する保健事業一覧

香川県保険者協議会では、香川県の課題でもある糖尿病重症化予防対策に対し、特に働き盛り世代の方々に対する生活習慣改善の機会を積極的に活用してもらえるよう保健事業一覧を作成しています。この一覧では、働き世代の方がご自身の居住地や利用しやすい場所で、参加できる「健康相談」「健康教室」などをご紹介します。

【働き世代の皆様へ】

ご自身の健康づくりはもちろんのこと、ご家族や職場等、多くの方にご活用いただけるよう、ご案内します。

【事業所等 健康づくりご担当者様へ】

従業員の方々の健診後のフォロー等に、こうした機会への積極的活用を勧奨いただけるよう、ご案内します。

【保健医療関係者等の皆様へ】

保健医療関係者の方々には、係られる相談者の方への情報提供に、ご活用いただくと幸いです。

	市町名 (団体名)	区分	内容	対象者	時期	開催場所	周知方法・申し込み	要申込 (○)	担当部署	連絡先	備考			
55	まんのう町	健康相談	栄養相談 管理栄養士による個別栄養指導。骨密度測定や体組成測定も実施。	町民	毎月第1月曜日	かりん健康センター	【周知方法】広報誌等 【申込】要予約	○	健康増進課	0877-73-0126				
56		栄養	生活習慣病予防のための栄養教室(病態別)		4・6・8・10・12・2月 (1回/月)	町内実施会場	【周知方法】広報誌等 【申込】要予約	○						
57		健康相談	こころの健康相談 精神科医による個別相談		毎月第2木曜日	かりん健康センター等	【周知方法】広報誌等 【申込】要予約	○						
58	小豆島町	健康相談	健康相談	全住民	平日	保健センター他	広報による周知、申込不要		健康づくり福祉課	0879-82-7038				
59		運動・栄養	運動教室、栄養教室	全住民	平日	保健センター他	広報による周知、電話申し込み	○						
60	綾川町	運動	ウォーキングイベント	町民 (年齢制限なし)	年2回程度 (土・日・祝)	町内	【周知方法】広報誌等 【申込】要予約	○	健康福祉課 (えがお)	087-876-2525				
61	香川県 中讃保健福祉 事務所	栄養	糖尿病をはじめとする生活習慣病等について、患者や家族の方などを対象に栄養相談を行います。	管内在住の県民	月～金曜日 (祝日、年末年始を除く) 8時30分から17時00分	電話	【周知方法】ホームページ 【申込】電話	○	健康福祉課	0877-24-9961	【管轄】 丸亀市、坂出市、善通寺市 宇多津町、宇多津町、綾川町 琴平町、多度津町、まんのう町			
62		健康相談	【こころの健康相談】 職場や地域などの人間関係やストレス、ひきこもり、お酒の問題など、こころの不調で悩んでいる本人や家族の方の相談に応じます。 ①保健師等による電話相談 ②精神科医師による相談(面接)		①保健師等による電話相談 平日	中讃保健福祉事務所	無料 随時※面接や訪問も可					○	保健対策第二課	0877-24-9953
63					②精神科医師による相談 木曜日(不定期) 14時～16時		相談時間は約1時間 要予約(電話での申し込み)							
64	香川県 西讃保健福祉 事務所	健康全般	【出前講座】 小児の生活習慣病予防	小学生の保護者(管内)	希望による	希望による	教育委員会を通じた周知 電話申し込み	○	健康福祉総務課	0875-25-3082	【管轄】観音寺市、三豊市			
65			【高校文化祭、JAまつり等イベント】 生活習慣病予防、心の健康、禁煙、がん予防、食育、その他	管内	土日等祝日	希望による	主催者の周知 会場で直接申し込み	○						
66	香川県栄養士会	健康相談、講話	管理栄養士による働き盛りへの講話(1～2時間)	県民	9月14日	宇多津町保健センター	【申込】087-832-3790 【費用】無料	○	087-811-2858	詳細については、県栄養士会 HP(https://kagawa-eiyo.or.jp/)又は 事務局(087-811-2858)へお問 合せください。				
9月26日					浅野コミュニティセンター	【申込】087-832-3790 【費用】無料								
12月6日					高松ミライエ	【申込】087-832-3790 【費用】無料								
67		健康相談、講話	管理栄養士による(働く)保護者への講話(約2時間)	県民(保護者)	年10回 (約2時間)	保育所・こども園・私立幼稚園	【申込】087-811-2858 【費用】無料	○						
68		健康相談	野菜を食べようキャンペーン(展示、栄養相談)	県民	9月17日 11:00-14:30	高松市丸亀町壱番街ドーム広場	【申込】不要 【費用】無料	○						
69	栄養相談	管理栄養士による個別の栄養相談	第2・4木曜日 11:00-15:30		さぬきこどもの国	【申込】087-879-0500 【費用】無料	○							
70	講演	医師、管理栄養士による働き盛りへの糖尿病発症予防の講演		11月19日	レクザムホール	【申込】087-811-2858 【費用】無料	○							

(事業所及び加入者向け)

働き盛り世代に対する保健事業一覧

香川県保険者協議会では、香川県の課題でもある糖尿病重症化予防対策に対し、特に働き盛り世代の方々に対する生活習慣改善の機会を積極的に活用してもらえるよう保健事業一覧を作成しています。この一覧では、働き世代の方がご自身の居住地や利用しやすい場所で、参加できる「健康相談」「健康教室」などをご紹介します。

【働き世代の皆様へ】

ご自身の健康づくりはもちろんのこと、ご家族や職場等、多くの方にご活用いただけるよう、ご案内します。

【事業所等 健康づくりご担当者様へ】

従業員の方々の健診後のフォロー等に、こうした機会への積極的活用を勧奨いただけるよう、ご案内します。

【保健医療関係者等の皆様へ】

保健医療関係者の方々には、係られる相談者の方への情報提供に、ご活用いただくと幸いです。

	市町名 (団体名)	区分	内容	対象者	時期	開催場所	周知方法・申し込み	要申込 (○)	担当部署	連絡先	備考
71	香川県 看護協会	健康相談	看護師による血圧・体脂肪などの測定と健康相談	県民	奇数月第3土曜日 13:00～15:00	さぬきこどもの国	【申込】不要 【費用】無料			087-864-9070	
72	香川県 歯科衛生士会	健口相談	歯科衛生士による健口相談、口腔ケア用品展示	県民	11月上旬予定	高松市丸亀町 壱番街ドーム広場	【申込】087-887-1639 【費用】無料	○		087-887-1639	
73	香川県 ウォーキング 協会	運動教室	ウォーキング指導員による歩き方の指導等	会員及び県民等	月2回	県内及び近隣県	【申込】 1)集合場所で直接 2)事務局へ電話予約 【費用】一般参加は500円	○		0877-35-8371	詳細はホームページ参照 計画は別紙のとおりだが、実施 は新型コロナの状況による
74	かがわ総合 リハビリテーション 事業団	運動教室	トレーニング室を利用した運動や体育館でできるスポーツ等ご相談に応じます。	県民(高校生以上の障害のある方と65歳以上の一般の方)	月・金曜日 13:30～14:30	当センター体育施設	【申込】 087-867-7686 【費用】 500円(障がいのある方は無料)	○	かがわ総合 リハビリテーション 福祉センター	087-867-7686	
75			車いすやイスに座ったままできるストレッチ等、状態に応じたプログラムを実施しています。	県民(どなたでも)	毎月第1月曜日、 第3金曜日	当センター体育施設					
76			車いすのまま入水できるプールで、安全に水中を行う方法を指導しています。	県民(高校生以上の障害のある方と65歳以上の一般の方)	水中運動教室は 事前予約制 水泳教室 (7月～3回事前申込)	当センター体育施設					
77	香川県食生活改善 推進連絡協議会	栄養	講習会等で定期的な健康診断の薦めと共に体重測定や血圧測定の習慣化を推進し、適正体重の維持や減塩の大切さを伝え、生活習慣の見直しを推進する。	主に就労者	市町により異なる(場合)	事業所、公民館、自治会館等	【申込】 依頼先の住所地のある市町にお問い合わせください。 本協議会は市町の健康づくりを担当する課に事務局を置いています。 【費用】市町により異なる	○		087-832-3279	
78			高血圧・糖尿病等の生活習慣病予防、低栄養予防、骨折・転倒予防のためのロコトレに取り組み、健康維持及び増進に努める。	地域の住民		公民館、自治会館等					
79			料理を体験したことのない男性を対象に職の自立支援を行い、その後意欲のある人達には中級・上級とレパートリーを広げていく。また、男性の地域参加や仲間づくりのきっかけとなる。	成人男性							
80			「1日3食きちんと食べること(朝食を抜かないこと)」「まず野菜から食べること」などの望ましい生活習慣や食習慣を身につけることができるような情報提供を行う。	全世代							
81	香川県薬剤師会	健康全般	健康づくりセミナー (希望者を対象とする健康教室)啓発講演会	県民	1月	リーガゼスト高松	【申込】087-831-3093 【費用】無料	○		087-831-3093	
82		健康相談	薬剤師による健康相談。健康チェックも実施。		10月及び 2～3月の各1日	イオンモール高松	【申込】不要 【費用】無料				