

# 運動指針の普及啓発・活用

増田和茂

運動指針小委員会  
平成18年7月12日



財団法人健康・体力づくり事業財団



# 「健康ネット」

「お問い合わせ」サイトマップ

## 健康ネット

- 健康ネットとは ▶
- 健康づくり情報 ▶
- 健康クラブ ▶
- 健康ネット談話室 ▶
- 最新たばこ情報 ▶
- 労働安全衛生情報 ▶
- 健康マップ ▶
- 健康増進施設情報 ▶
- 運動指導者情報 ▶
- データ ▶
- リンク集

左メニューの▶にカーソルをあわせると各メニューの説明をご覧いただけます。



### 健康づくり

健康日本21, 健康管理, 健康診断, 行政・制度, 人材, 施設...

### 身体活動・運動

運動とからだ, ウォーキング, 運動プログラム, 安全で効果的な運動...

### たばこ・お酒

喫煙と健康, 受動喫煙, たばこはやめられる, お酒と健康, お酒の飲み方...

### 糖尿病・肥満

糖尿病, 肥満, 体重コントロール, 食事療法, 身体活動・運動, 健診

### がん

がんの知識, 胃がん, 大腸がん, 肝がん, 肺がん, 婦人科がん...

### 生活と健康

住まいの健康, 食品の安全, 家庭用品, ペット, 環境化学物質, 環境保健

### 健康アラカルト

からだの知識, 国際保健, 東洋医学等, 健康随筆など...

### 栄養・食生活

ビタミン, ミネラル, 栄養素, 食事のとり方, 食材, クッキング...

### 休養・心の健康

心の健康, 休養と健康, 快適な睡眠, 心の危機, ストレス, 健康法...

### 歯の健康

歯の健康, 歯周病, 虫歯, 歯並び, 健康相談, その他

### 脳卒中と心臓病

脳卒中, 心臓病, 高血圧, 高脂血症, 動脈硬化

### 医療

症状, ちょっと気になる体の異常, 救急, 免疫アレルギー, 骨粗鬆症...

### 高齢者の健康と介護

高齢者の実態, 老化のメカニズム, 健康寿命を保つ, やさしい在宅介護...

### 体力づくり

体力づくり運動とは, 体力づくり事業, 体力づくりに関する調査...

### TOPICS

2006.4.6 new  
厚生労働省 平成18年度年間行事予定(週間・月間) (大会・その他)

2006.4.4 new  
統計情報「平成16年度地域保健・老人保健事業報告の概要」について

2006.3.3  
たばこ情報「たばこ規制枠組条約」について

2006.1.10  
「平成17年度生活習慣病予防週間」のスローガンの決定について

2006.12.22  
最新たばこ情報「未成年の喫煙」

2006.11.11  
「第7回健康日本21推進国民会議」開催報告

2006.10.13  
「今後の生活習慣病対策の推進について(中間とりまとめ)」

2006.7.20  
コンテンツ公開! 健康クラブ「寝たきりを予防するために」

その他のトピックスへ

■「厚生労働省」へ

「健康日本21」へ

「健康・体力づくり事業財団」へ

「お問い合わせ」サイトマップ | プライバシーポリシー | 個人情報保護規程 | ご利用規約 |  
このサイトは、プライバシー保護のため、SSL暗号化通信を導入しています。

©2006 財団法人健康・体力づくり事業財団  
©2006 JAPAN HEALTH PROMOTION & FITNESS FOUNDATION. All Rights Reserved.



財団法人健康・体力づくり事業財団



# 「健康日本21」

健康日本21とは >>>

実践の手引き >>>

地方計画事例集 >>>



健康増進法 >>>

国等の動き >>>

関連データ集 >>>

## 健康日本21

21世紀における国民健康づくり運動 期間：2000年～2010年

### 活動

■健康日本21全国大会

■健康日本21推進国民会議

■地方計画の策定状況について

■国、自治体、団体の活動事例

健康日本21  
推進全国連絡協議会

### 関連サイト

厚生労働省

健康ネット

### TOPICS

- 「健康日本21推進懇話会」開催
- 厚生労働省 平成18年度年間行事予定(週間・月間) (大会・その他)
- 安全健康快適フェア2006 開催のご案内
- 「平成17年度生活習慣病予防週間」のスローガンの決定について
- 「第7回健康日本21推進国民会議」開催報告
- 今後の生活習慣病対策の推進について(中間とりまとめ) PDFファイル(1.6MB)
- 「第6回健康日本21全国大会」開催報告
- 平成17年度「健康増進普及月間ポスター」について<報告>
- 自治体の活動事例(5件追加)
- 「平成15年 国民健康・栄養調査結果」の概要
- 「日本人の食事摂取基準(2005年版)」について

TOPICS一覧へ

### その他の情報

- パンフレットなどのご案内
- 策定までに寄せられた意見等



財団法人健康・体力づくり事業財団

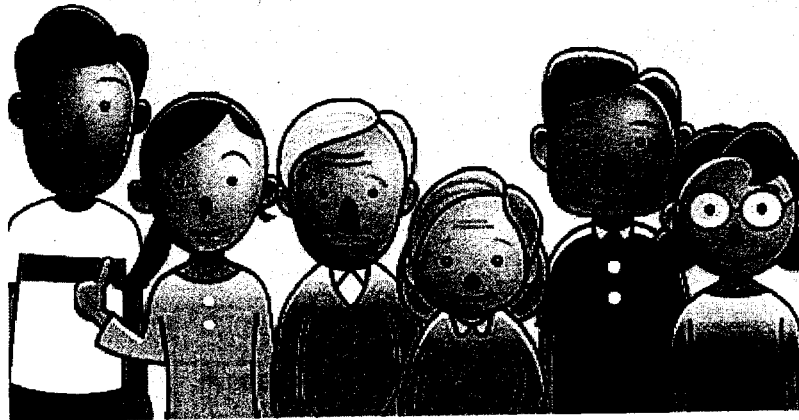


# 「Tナビ」

健康・体力づくり

Copyright 2006 (財)健康・体力づくり事業財団

健康・体力づくりに  
役立つ情報を  
提供致します!



このサイトについて



健康・体力づくり情報



健康日本21情報



(財)健康・体力づくり事業  
財団情報



トピックス



財団法人健康・体力づくり事業財団



みんなの健康・体力づくりを応援します

健康づくり事業財団  
HEALTHY BODY BUILDING FOR ALL

# 健康づくり

2006

7

No.339

特別号

## こうして防ぐ！ 熱中症

副編集長 村松

NPDで産学連携  
地域の健康づくりを総合的に支援する  
岡山県

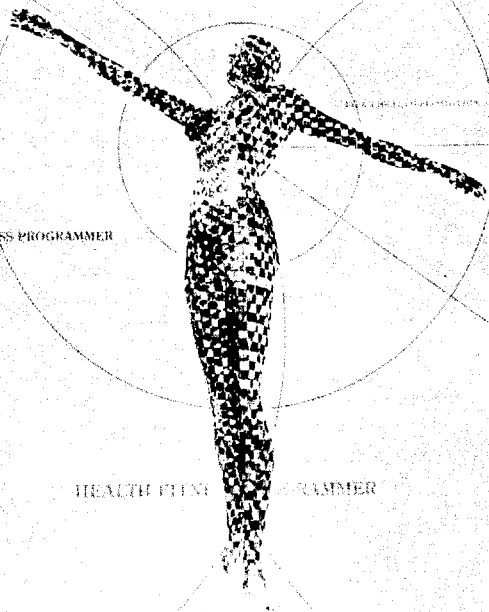
〈好評連載〉

楽しいフィットネスプログラム  
「アクアエクササイズ」  
～効果と基本の立ち方、歩き方～



平成18年度版  
**健康運動指導士への道**

HEALTH FITNESS PROGRAMMER  
健康運動指導士養成講習会のご案内



HEALTH FITNESS PROGRAMMER

HEALTH FITNESS PROGRAMMER

財団法人健康・体づくり事業財団  
JAPAN HEALTH PROMOTION & FITNESS FOUNDATION

平成18年度版  
**健康運動実践指導者への道**

HEALTH FITNESS INSTRUCTOR  
健康運動実践指導者養成講習会等のご案内



HEALTH FITNESS INSTRUCTOR

HEALTH PROMOTION & FITNESS FOUNDATION

HEALTH FITNESS INSTRUCTOR

財団法人健康・体づくり事業財団  
JAPAN HEALTH PROMOTION & FITNESS FOUNDATION



財団法人健康・体づくり事業財団



平成18年度高齢者体力づくり指導者講習会

テーマ	日程	会場地	共催	主唱
高齢者の運動参加の意義と方法	6月15日（木）・16日（金）	ふれあいランド岩手（盛岡市）	岩手県教育委員会	岩手県生涯スポーツ推進協議会
	10月3日（火）・4日（水）	新潟会館、新潟市体育館（新潟市）	新潟県教育委員会	体力づくり新潟県民会議
	7月7日（金）・8日（土）	維新百年記念公園スポーツ文化センター（山口市）	山口県教育委員会	山口県体力づくり振興会議
	7月20日（木）・21日（金）	大分県立総合体育館（大分市）	大分県教育委員会	体力づくり運動推進大分県民会議

平成18年度青・中年体力づくり指導者講習会

テーマ	日程	会場地	共催	主唱
新・運動基準	12月12日（火）－13日（水）	金沢勤労者プラザ（石川県金沢市）	石川県	石川県健民運動推進本部
	11月9日（木）－10日（金）	もくせい会館（静岡県静岡市）	静岡県教育委員会	体力づくり静岡県民会議
	平成19年3月1日（木）－2日（金）	兵庫県立文化体育館（兵庫県神戸市）	兵庫県教育委員会	兵庫県体力づくり推進協議会
	平成19年2月15日（木）－16日（金）	サンアリーナせんだい（鹿児島県薩摩川内市）	鹿児島県教育委員会	健康かごしま21推進協議会



# メタボリック シンドローム (内臓脂肪症候群)って 何?

内臓脂肪型肥満の人は  
ご用心!

あなたを応援します

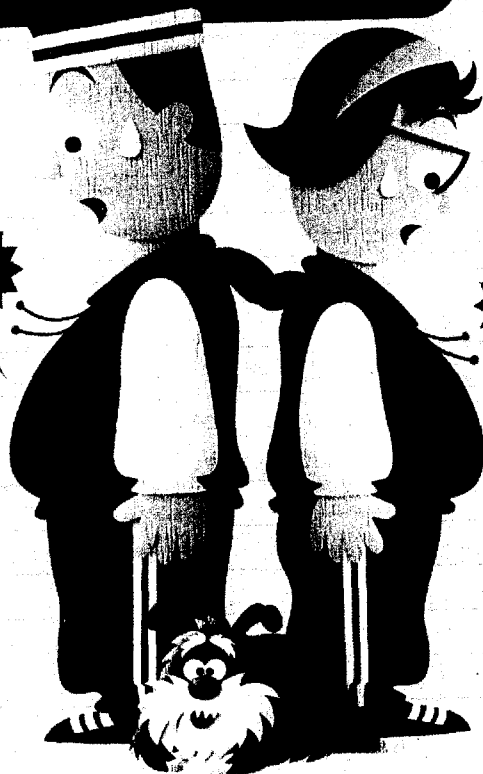


健康日本21

監修  
多田 羅 浩三  
放送大学教授

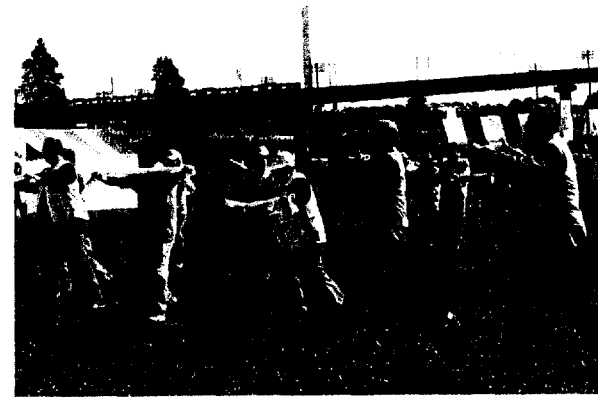
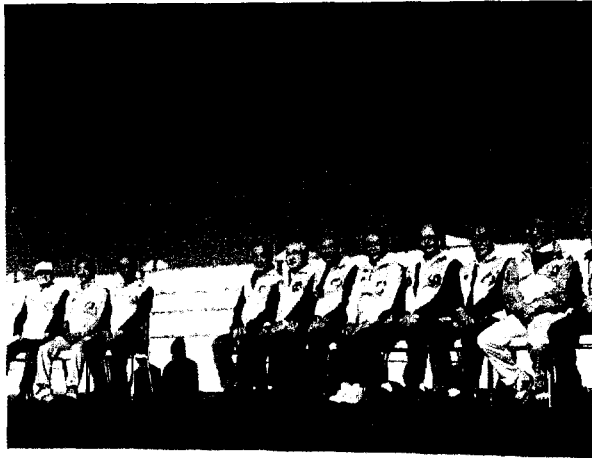
85cm  
以上

90cm  
以上



財団法人健康・体力づくり事業財団





財団法人健康・体力づくり事業財団

