

すべての県民がいきいきと
健やかに暮らせる社会の実現を目指して

健やか山梨21推進大会



表彰式 知事表彰・健康づくり表彰・厚生労働大臣表彰紹介
やまなし健康経営優良企業認定証授与



「働く世代における運動習慣化のコツ

「職場でちょっと」から始めよう！」

公益財団法人明治安田厚生事業団
体力医学研究所 研究員

藤井 悠也 先生



※就業時間内に運動を習慣化する方法と、
日常生活で取り入れられる短時間で効果的な運動（軽運動や筋トレ）についてお話を頂きます。



全国健康保険協会山梨支部
山梨県食生活改善推進員連絡協議会
韭崎本町運送株式会社



全国健康保険協会山梨支部
山梨県栄養士会
山梨県厚生連健康管理センター
山梨県歯科衛生士会
山梨県食生活改善推進員連絡協議会



⇒血圧測定、野菜摂取度測定、食生活相談、肌年齢測定、
口腔機能評価、塩分量アテクイズ

等を予定しております。

参加
無料

2026年

1月 29日(木) 12:30～受付
13:30～開会

山梨県立文学館 講堂、研修室

〒400-0065 甲府市貢川1丁目5-35



主催：山梨県、健やか山梨21推進会議

健やか山梨 21 推進大会参加申込用紙

申込先

FAX 055-223-1499

山梨県福祉保健部健康増進課 健康企画担当窓口

令和8年1月16日（金）まで

※送付票は不要です！



※QRコードからも
申し込みます！

1	お名前	
	団体名 (個人の場合は不要)	
2	お名前	
3	お名前	
4	お名前	
5	お名前	

駐車場



※駐車場は第3駐車場をご利用ください。第1駐車場には停めないでください。

※駐車台数に限りがあるため、乗り合わせにご協力ください。