

働いている世代の健康づくり支援メニュー
～健康おかやま21推進会議 関係団体の取り組み～

栄養・食生活						
名称	内容	対象者	料金	募集期間	問い合わせ先	URL
岡山県医師会 移動会長室事業 「フレイル対策 (栄養編)」	専門知識を要する講師を派遣し、フレイルの基本的概念および対策3本柱の「栄養」面の講習を実施する。	問わない	無料	通年	岡山県医師会 地域医療課 TEL:086-250-5111	https://www.okayama.med.or.jp/
健康づくり普及 事業	①生活習慣病予防・対策に関する研修や口腔機能低下予防に関する教室を開催する。 ②介護予防や低栄養予防、口腔機能の維持を促すことに関する教室を開催する。 ③イベント等での栄養及び食品に対する正しい理解と知識の普及を実施する。	①壮年期 ②高齢期 ③全世代	要相談	各地域が主体で実施しておりますので、まずはお問い合わせください。	岡山県栄養改善協議会事務局 TEL:086-226-7328	https://www.pref.okayama.jp/page/407025.html
糖尿病予防戦略 事業 (生活習慣改善 サポート事業)	チラシやレシピ配布等により、朝食や野菜摂取の啓発など、適切な生活習慣の普及啓発を行う。	青年期から壮年期	要相談	各地域が主体で実施しておりますので、まずはお問い合わせください。	岡山県栄養改善協議会事務局 TEL:086-226-7328	https://www.pref.okayama.jp/page/407025.html
生涯骨太クッキング	肥満を防ぐための適正体重の維持やフレイル予防を目的とした講習会を開催する。	壮年期、高齢期	要相談	各地域が主体で実施しておりますので、まずはお問い合わせください。	岡山県栄養改善協議会事務局 TEL:086-226-7328	https://www.pref.okayama.jp/page/407025.html
男性のための料理教室	男性の食生活の見直しと社会参加を目的として、料理教室を開催する。	男性	要相談	各地域が主体で実施しておりますので、まずはお問い合わせください。	岡山県栄養改善協議会事務局 TEL:086-226-7328	https://www.pref.okayama.jp/page/407025.html
ヘルスサポーター養成を通じた地域をつなぐ健康プロジェクト	自分の健康状態や食生活を確認し、ライフスタイルに合わせた生活習慣の見直しを目的とした講習会を開催する。	壮年期	要相談	各地域が主体で実施しておりますので、まずはお問い合わせください。	岡山県栄養改善協議会事務局 TEL:086-226-7328	https://www.pref.okayama.jp/page/407025.html
栄養ケア・ステーション事業	・栄養や食に関する相談 ・セミナー・研修会への講師紹介 ・料理教室の企画運営 ・検診後の食事指導 ・レシピや献立の考案 ・スポーツ栄養に関する指導・講演 ・食品/栄養成分表示に関する相談	希望される県民	内容によって異なり要相談	通年	(公社)岡山県栄養士会 TEL:086-273-6610	https://okayama-eivo.or.jp
食事栄養セミナーの実施	日々の食事や栄養摂取等からの生活習慣病予防を目的として専門知識を有する講師によるセミナーを実施します(実施数量に上限あり)。	協会けんぽ岡山支部に加入する健活企業宣言事業所	無料	令和7年8月1日(予定)～令和8年3月31日	協会けんぽ岡山支部	作成中

<p>おかやまからだ 晴れ食サポート 事業</p>	<p>管理栄養士養成施設の大学や保健 所栄養士と協働で社員食堂等で現在 提供しているメニューの減塩化に向け た取組を実施する</p>	<p>事業所給食実 施施設等(岡山 市・倉敷市を除 く)</p>	<p>無料 (会社で試作 等を行った 費用は実費 負担してくだ さい)</p>	<p>通年</p>	<p>岡山県健康推 進課 電話 086-226- 7328</p>	<p>https://www.pref.okayama.jp/page/detail-7122.html</p>
<p>食育リーフレッ トの提供</p>	<p>県作成のリーフレットを提供する(在庫 限り) ・食育ナビ フレイル編 やさしい編 減塩編 マイスタイル朝ごはん かんたん！健活！朝ごはん ・食育リーフレット 栄養成分表示を活用して健康づくり 若い女性のやせ編</p>	<p>問わない (リーフレットの 種類により、 テーマと対象年 代等が異なりま す)</p>	<p>無料 (県庁で受け 渡し)</p>	<p>通年</p>	<p>岡山県健康推 進課 Tel:086-226- 7328</p>	<p>https://www.pref.okayama.jp/soshiki/36/#ka_headline_5</p>