

子どもの健康なからだづくり推進事業
令和８年度家族みんなで体重測定１００日チャレンジ 実施要領

１ 目的

宮城県はメタボ該当者・予備群の割合が全国下位の状況が続いている。さらに、大崎保健所管内は肥満者の割合や２０歳の頃から１０ｋｇ以上増加している者（女性）の割合が県平均より高く、肥満傾向児の割合も高いことから、子どもの頃からの健康なからだづくりが重要である。

そこで、体重測定の習慣化を通して家族で適正体重を目指し、食事や運動など生活習慣の改善につなげるもの。

２ 主催

宮城県大崎保健所

３ 協力機関

- （１）管内市町
- （２）管内幼稚園、保育所、こども園

４ 実施時期

令和８年７月１日（水）から令和８年１０月８日（木）まで（１００日間）

５ 対象 ※申込のあった施設の、参加を希望する（１）（２）を対象とする

- （１）管内幼稚園又は保育所、こども園の在園児（３歳以上）とその家族
- （２）管内幼稚園又は保育所、こども園の職員

６ 内容

- （１）体重の１００日間測定・記録に幼児と家族、職員がチャレンジする。
- （２）SNS やアプリ等を活用し、家庭へ健康づくり等に関する情報提供を行う。
- （３）参加家庭へのインセンティブとして、体重測定日数等に応じた賞品を贈呈する。
- （４）参加募集、参加施設名、所在地（市町名）、参加者数等を大崎保健所ホームページに掲載する。

７ 申込方法

参加を希望する施設は、申込用紙に必要事項を記入し、大崎保健所健康づくり支援班へ提出する。また、参加希望者をとりまとめ、参加人数を大崎保健所健康づくり支援班へ報告する。

8 申込期限

令和8年6月8日（月）

9 申込確認

申込のあった施設に、大崎保健所より参加登録受付通知書、100日チャレンジカード等を送付する。

10 実施方法

（1）在園児（3歳以上児）

「100日チャレンジカード」に毎日の体重測定の有無等を家族と一緒に記録する。

（2）在園児の家族及び施設の職員

事前・事後アンケートに、電子申請サービスで回答する。また、参加家族は、園児及び家族のそれぞれの体重測定日数を事後アンケートで報告する。

（3）施設

ア)「100日チャレンジカード」（月1枚）を配布する。

※配布頻度は施設の任意とする

イ) SNS やアプリ等を活用し、大崎保健所から配布する健康づくりに関する情報を参加家庭へ発信する。

ウ) 参加者へ事前・事後アンケートへの回答案内を配布（配信）する。

11 賞品等

（1）達成賞

対 象：体重測定日数が70日以上達成した家庭（園児又は家族で達成者がいる家庭）

賞 品：むすび丸グッズ等

12 注意事項等

記録の申告は自己申告とし、測定に使用する体重計は、各家庭で普段使用しているもの等とする。