

令和7年度「にしGOココカラ元気プロジェクト」 健幸アップチャレンジスタンプ獲得イベント一覧

2025/10/1 現在

ミニスタンプを10個集めると、500円分の商品券等と交換することができます。（最大1,000円分）

※健幸アップチャレンジスタンプ獲得イベントは、随時更新します

	イベント名		実施予定日	担当箇所	連絡先
※ミニスタンプ最大1個獲得					
1	生活習慣病予防健診 (集団・個別・人間ドック・職場健診)	※1 令和7年4月1日にさかのぼり申請することができます ※2 検診結果をご持参ください	-	健康推進課	25-1115
2	胃がん検診		-	健康推進課	25-1115
3	大腸がん検診		-	健康推進課	25-1115
4	肺がん（結核）検診		-	健康推進課	25-1115
5	乳がん検診		-	健康推進課	25-1115
6	子宮がん検診		-	健康推進課	25-1115
7	歯科検診		-	健康推進課	25-1115
8	塩分計の貸し出し（記録表の提出）		随時	健康推進課	25-1115
9	ほぐしストレッチ教室		5月～12月	健康推進課	25-1115
10	健幸ストレッチ教室		5月～12月	健康推進課	25-1115
11	ピラティス教室		6月～11月	健康推進課	25-1115
12	ココカラウォーキング（平日コース）		6月～9月	健康推進課	25-1115
13	ココカラウォーキング（日曜コース）		6月～9月	健康推進課	25-1115
14	シニア体力測定会		5月15日・11月20日	健康推進課	25-1115
15	介護予防サポーター養成講座		10月2日・10月14日 10月23日・10月28日	健康推進課	25-1115
16	いつまでも いきいき教室		6月～	健康推進課	25-1115
17	お元気アップ運動教室		11月～	健康推進課	25-1115
18	各地区での体操教室、サロンにおける活動		-	健康推進課	25-1115
19	村文化協会・スポーツ協会・自主サークル・西の郷スポーツクラブにおける活動		-	生涯学習課	25-2371
20	老人クラブにおける活動		-	健康推進課	25-3910
21	単位制総合大学の必修科目の受講		-	生涯学習課	25-2371
22	お友達紹介		随時	健康推進課	25-1115
51	NEW 西郷村結果にコミットプログラム		10月30日・11月13日 11月19日・12月4日 12月11日	健康推進課	25-1115

裏面もあります

※イベント参加ごとに1個獲得

23	保健師による各種健康相談 (酒・肺・たばこ・聞こえ・認知症・フレイル等)	随時	健康推進課	25-1115
24	管理栄養士による栄養相談	随時	健康推進課	25-1115
25	献血 ※実施日がわかる(献血カード・アプリ等)をご持参ください	-	健康推進課	25-1115
26	第1回元気からだ塾	6月26日(木)	健康推進課	25-1115
27	第2回元気からだ塾	7月15日(火)	健康推進課	25-1115
28	第3回元気からだ塾	8月20日(水)	健康推進課	25-1115
29	第4回元気からだ塾	10月15日(水)	健康推進課	25-1115
30	第5回元気からだ塾	1月21日(火)	健康推進課	25-1115
31	認知症サポーター養成講座	8月28日(木)	健康推進課	25-3910
32	認知症サポーターステップアップ講座	11月18日(火)	健康推進課	25-3910
33	成年後見制度講演会「今から考える終活&成年後見講演会」	12月3日(水)	健康推進課	25-3910
34	第3回ふるさと西郷講座	6月15日(日)	生涯学習課	25-2371
35	第4回ふるさと西郷講座	7月20日(日)	生涯学習課	25-2371
36	第5回ふるさと西郷講座	8月17日(日)	生涯学習課	25-2371
37	第6回ふるさと西郷講座	9月21日(日)	生涯学習課	25-2371
38	西の郷遊歩道フットパス	6月21日(土)	産業振興課	25-1116
39	川谷フットパス	7月12日(土)	産業振興課	25-1116
40	上野原フットパス	9月27日(土)	産業振興課	25-1116
41	由井ヶ原ナイトフットパス	11月8日(土)	産業振興課	25-1116
42	えいごであそぼう!&親子お話し会	6月15日(日)	福祉課	25-0001
45	オレンジ・ランプ	8月9日(土)	健康推進課	25-3910
46	フレイル予防講座(口腔・栄養)	7月4日(金)	健康推進課	25-1115
47	健診結果説明会	9月24日(水) 9月25日(木)	健康推進課	25-1115
48	フレイル予防講座(身体)	8月19日(火)	健康推進課	25-1115
49	プレ更年期・更年期の女性の健康について	1月17日(土)	健康推進課	25-1115
50	元気からだ塾(番外編)	2月17日(火)	健康推進課	25-1115

※最大2個獲得

43	体組成計測定	随時	健康推進課	25-1115
----	--------	----	-------	---------

※最大8個獲得

44	村体育施設利用(体育館・トレーニング室・プール)	随時	生涯学習課	25-2371
----	--------------------------	----	-------	---------