



## 第4回「長野県版身体活動ガイドラインの改訂に関する検討会」を1月30日(木)に開催します

長野県版身体活動ガイドライン「ずくだすガイド」を約10年ぶりに改訂します。改訂内容について検討するため、以下のとおり標記会議を開催します。

### 1 日時

令和7年**1月30日**(木) 午後5時30分～午後7時30分

### 2 開催方法

Web会議(ハイブリッド形式)

※長野県庁西庁舎111会議室で傍聴いただけます。

### 3 参加者

身体活動・運動に関する機関・団体の代表者及び専門職等

### 4 内容(予定)

(1)次期ガイドの素案、リーフレット案について

(2)意見交換、その他

### 5 その他

(1)会議後、議事概要・会議資料等を県ホームページに掲載する予定です。

(2)会議は公開で行いますので、どなたでも傍聴できます。

※第2回及び第3回検討会は、非公開の情報を含むため非公開にて開催済みです。

#### \*「ずくだすガイド」とは？

県民の生活スタイルに合わせて、日常生活の中で

取り組みやすい身体活動・運動の例を示した

長野県版身体活動ガイドライン(平成26年3月作成)

([https://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-](https://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/kenko/kenko/kenko/undou/zukugaido.html)

[choju/kenko/kenko/kenko/undou/zukugaido.html](https://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/kenko/kenko/kenko/undou/zukugaido.html))



信州  
ACE  
プロジェクト

(問合せ先)

担当：健康福祉部健康増進課 赤塩、塩原

電話：026-235-7116(直通)

026-232-0111(代表) 内線 2667

FAX：026-235-7170

E-mail：kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp