



しまね健康寿命延伸プロジェクト

「謎解きウォークラリーしまねクエスト」を実施します！

県民の健康寿命の延伸に向けた取組を一層推進するため、楽しく身体を動かすことのできる環境づくりを目的に「謎解き」と「ウォーキング」を掛け合わせたウォーキングイベントを実施します。

■背景、経緯

島根県では、県民が自ら健康づくりに取り組めるよう環境の整備を進め、健康寿命の延伸を図り、健康長寿日本一を目指すため「しまね健康寿命延伸プロジェクト」を展開しています。プロジェクトでは、特に男性の健康寿命が短いことや、がんや脳卒中などによる死亡が多いことから、「運動」「減塩」「野菜摂取の増加」を重点に取り組んでいます。

■取組内容

1. 実施期間：令和5年9月16日(土)～令和5年12月17日(日)
2. 参加方法：①各コースのスタート地点へ行く
【コース】・安来市コース ・雲南市コース ・隠岐の島町コース
②特設サイトにアクセスする
③特設サイト内の「スタートボタン」をクリックして謎解きにチャレンジ
3. その他：期間中、謎解きに参加し応募すると、抽選で100名に賞品プレゼントします。
詳細は特設サイトをご覧ください。

<https://nazotoki-shimane-quest.com/>

島根創生を進めるための
新規・拡充施策

V 健やかな暮らしを支える
1 保健・医療・介護の充実
No.67 しまね健康寿命延伸プロジェクト事業(P86)

【県 HP】

(島根創生を進めるための新規・拡充施策(令和5年度版))

<https://www.pref.shimane.lg.jp/admin/seisaku/keikaku/shimanesousei/index.data/shinkikakujuR5.pdf>

(島根創生計画)

https://www.pref.shimane.lg.jp/admin/seisaku/keikaku/shimanesousei/index.data/souseikeikaku_illustrated.pdf

