

人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる



プレスリリース 令和5年11月30日(木)



島根県健康福祉部健康推進課

担当者名 規家

TEL 0852-22-5266

Email kenkosuishin@pref.shimane.lg.jp

誰か、誰か、  
たからもの。

## 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」参加者 1000 名達成！

島根県では、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」をかけ合わせたウォーキングイベントを令和4年度から実施しています。今年は令和5年9月19日からスタートしており、参加者が1,000名に達しました。12月17日(日)まで引き続き開催しています。

### ■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/>

4. 取材対応：取材対応可能です。ぜひ、取材、報道いただきますようお願いいたします。

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

