

測ってみよう！

生活習慣・健康状態見える化事業

生活習慣・健康状態見える化チャレンジ

健康行動未実践者が多い**若者や働き盛り世代**を主な対象として、測定器を活用し自分の骨密度や野菜摂取量を知ってもらうことで、今の生活習慣や健康状態を振り返ってもらい、**健康行動へつなげる**ことが目的の事業です。県が主体となり測定を実施するほか、市町や関係団体への機器の**貸出**も行っています。

骨密度測定



▲超音波骨密度測定装置
かかとで測定

野菜摂取量測定



◀非侵襲的光学皮膚
カロテノイド量測定
装置（ベジメータ®）

中指に光をかざして測定
測定時間は約10秒

▼測定結果イメージ



【見える化機器活用例】

- ・事業所での出前講座で従業員に
- ・地域の健康セミナーで参加者に
- ・スーパーマーケットで買い物客に
- ・乳幼児健診時の保護者に
- ・高校の文化祭で高校生や保護者に

【なぜこの事業が始まったの？】

香川県は

- ・糖尿病の受療率や死亡率が高い
 - ・野菜の摂取量が不足している
 - ・骨粗鬆しょう検診の市町実施数が少ないという課題があります。
- 県民の健康意識を高め行動変容を促すとともに環境づくりを行う必要がありました。

香川県の
キャラクター
ハマ美



< 事業・貸出申込の詳細 >

香川県健康政策課、小豆総合事務所、東讃保健福祉事務所、
中讃保健福祉事務所、西讃保健福祉事務所

*呼気一酸化炭素濃度測定器による測定・貸出も行っています

令和7年度の巡回スケジュール

7月

8日(火)
マルナカ白鳥店

8月

8日(金)
マルナカ三木店

27日(火)
マルナカ新土庄店

9月

13日(土)、14日(日)
サンポート高松多目的
広場

10月

13日(月・祝)
イオンモール綾川店

20日(月)
マルナカ山本店

25日(土)
イオンモール綾川店

11月

5日(水)
マルナカ坂出店

21日(金)
ゆめタウン三豊店

12月

11日(木)
ゆめタウン丸亀店

16日(火)
マルナカ内海店

1月

15日(木)
パワーシティ善通寺店

29日(木)
マルナカ琴平店

2月

12日(木)
マルナカ多度津店

3月

5日(木)
マルナカスーパーセンター
宇多津店

13日(金)
マルナカ観音寺駅南店

★実施時間★ 10:00～12:00・13:30～15:30

※ 8月27日・12月16日・9月13、14日のみ実施時間が異なります。

8月27日・12月16日：10:00～12:00・13:00～15:00

9月13日：13:00～17:00

9月14日：9:00～11:00