

健康立県ヘルスプロモーションプロジェクト推進会議
構 成 団 体 の 長 様

新潟県福祉保健部健康づくり支援課長

ち〜とばっか動効果(うごこうか)講師派遣事業について(周知依頼)

日頃、本県の健康づくり施策の推進について、御理解と御協力をいただき厚くお礼申し上げます。

県では、県民が長く生き生きと暮らすことのできる「健康立県」の実現に向けて、働く世代をメインターゲットに運動促進の取組を進めております。

このたび、県が作成したながら運動メニュー「ち〜とばっか動効果」を多くの方から活用いただき、普及を図るため、健康運動指導士を講師として企業等へ派遣する事業を行うこととしました。

については、貴下関係者等への周知に御協力くださるようお願いいたします。詳しくは別添の実施要領及び募集チラシをご覧ください。

記

1 講師

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センターから健康運動指導士を派遣します。

2 対象

にいがた健康経営推進企業

※未登録の場合は登録することにより利用可能

3 費用

講師の謝金・交通費は県が負担します。

4 申込期限

令和 6 年 2 月末日(予算上限に達し次第申込を締め切ります)

5 その他

標記事業については、新潟県ホームページに掲載しています。

(<https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/kenko/ti-tobakka.html>)



(左記の QR コードからもご確認いただけます)

担 当：新潟県福祉保健部健康づくり支援課
健康立県推進班 高木・高橋
電 話：025-280-5198(直通)
メール:ngt040240@pref.niigata.lg.jp

ち〜とばっか動効果(うごこうか)講師派遣事業実施要領

1 目的

県では働く世代をターゲットに企業等における運動促進の取組を推進しており、県独自のながら運動メニュー「ち〜とばっか動効果(うごこうか)」の取組をすすめている。

本事業では、健康運動指導士を講師として企業等へ派遣し、「ち〜とばっか動効果」の普及につなげ、働く世代の運動習慣定着のきっかけとなることを目的とする。

2 実施主体

新潟県

3 講師

講師は、新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター(以下、「医科学センター」という。)より派遣する。

4 講義内容

講義内容は(1)を基本に(2)(3)等、講師が決定するものとする。

- (1)「ち〜とばっか動効果」の実演指導
- (2)健康・運動・体力づくり等に関すること
- (3)その他、企業等における取組促進に関する助言等

5 派遣の対象

派遣の対象は、にいがた健康経営推進企業の登録をしている企業等が従業員等向けに開催する研修会等とする。ただし、原則として10名以上の参加者が見込めることとし、複数の企業等が合同で開催する場合も対象とする。

6 派遣に係る費用

講師謝金、交通費は県が負担する。

ただし、資料の印刷費や会場費、その他経費は本事業を利用しようとする企業の代表者(以下、「申込者」という。)の負担とする。

7 派遣申込

申込者は、令和6年2月末日までにFAXまたはメールにより講師派遣申込書(様式1)を医科学センターに提出すること。

〈申込・問合せ先〉

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター (TEL:025-287-8806)

FAX: 025-287-8807

メールアドレス: info@ken-supo.jp

8 派遣決定

医科学センターは様式1を受理後、申込者と日程等を調整する。派遣日時等の調整終了後、申込者は医科学センターに講師派遣依頼書(様式2)を提出すること。

9 県への報告

申込者は派遣を利用した事業実施後1か月以内に派遣当日の様子を実施報告書(様式3)により県に報告すること。県はその内容を基に県のホームページやSNS等で情報発信を行う。

10 事業実施期間

派遣決定をした日から令和6年3月末日までに派遣を利用した事業を終了させること。

11 その他

(1)講師の派遣時間は原則1時間までとする。

(2)予算や講師の都合により、事業を実施できない、もしくは内容の変更を依頼することがある。

(3)本事業の利用は1回を上限とする。また、同一の企業等において複数事業所を有する(にいがた健康経営推進企業に登録している)場合も、同一の企業等で1回を上限とする。

企業・団体向け／

ち～とばっか動効果(うごこうか)の

講師を派遣します！

派遣費用
無料！



県では働く世代の運動促進のため、県独自のながら運動メニュー「ち～とばっか動効果」を作成し、活用の促進をすすめています。

このたび、更なる活用促進のため、企業等へ講師を派遣する事業を開始します。
ぜひご活用ください。

○ち～とばっか動効果^{うごこうか}講師派遣事業の概要

講師 新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター 健康運動指導士

派遣対象 「にいがた健康経営推進企業」が開催する研修会等
※原則として10名以上の参加者が見込めるもの
※複数企業等の合同開催も可

費用 講師の謝金・交通費は県が負担します。

申込期限 令和6年2月末日まで
※予算上限に達し次第終了

申込方法 講師派遣申込書(様式1)を下記の申込先へ提出してください。
〈申込先〉
新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター (TEL:025-287-8806)
FAX: 025-287-8807 メールアドレス: info@ken-supo.jp



事業の詳細はこちら
からご確認ください。

○「ち～とばっか動効果^{うごこうか}」とは？

新潟弁で少しだけという意味
「ちーとばか」



やる気を促す
「動こうか！」



動くことで得られる効果
「動く効果」

■ち～とばっか動効果^{うごこうか}の特徴

- ①働く世代が1日の大半を過ごす職場で手軽にできる簡単な「ながら運動」
- ②「デスクワーク」、「立ち仕事」、「運転業務」が多い方向けの各メニューを紹介
- ③全38種類とメニューが豊富！様々なメニューを試せる

■詳しくはホームページ又は右のQRコードからご覧ください

健康にいがた21ホームページ

<https://www.kenko-niigata.com/undou/undoumenu/1348.html>



(健康にいがた21HP)

事業に関する
問合せ先

新潟県 福祉保健部 健康づくり支援課 健康立県推進班
電話: 025-280-5198 メール: ng040240@pref.niigata.lg.jp

