

未病センターの概要(県ホームページより抜粋)

1 未病センターとは

県民だれもが身近な場所で、手軽に運動や健康に良い食事、健康チェックを継続的・複合的に行える実践、改善効果を実感できる施設等で、企業、団体、市町村等が設置、運営するもの

2 具体的な内容(機能)

未病センターでは、未病の概念を普及し、次の内容(機能)を体験、実践できます
(アからウは必須の機能です)。

ア 自分の健康状態の「見える化」

例)健康機器測定コーナーの設置、体力測定コーナーの設置

イ 健康に関する相談・アドバイス

例)保健師等による相談、民間サポーターによるアドバイス

ウ 食、運動などの知識の習得、情報提供

例)県や市町村の健康づくりに関する情報の提供、健康講座の開催、健康イベント
の情報提供

エ 健康づくりプログラム(改善プログラム)の実践

例)食及び運動等による改善プログラムの実践及び提供

オ コミュニケーションや情報交換等の交流の場

例)交流スペースの設置、ウォーキングや笑いのイベント等の開催