



信州 ACE(エース)プロジェクト ネットワーク通信

Vol.2

「ACE ネット通信 Vol.2」を発行しました。
暑い季節を迎えましたが、熱中症に気を付けて、健康づくりに取り組みましょう。

★ 信州 ACE(エース)プロジェクト始動中!! ~ あなたの屋食は大丈夫ですか? ~

7月25日(月)からSBC 信越放送にて「信州 ACE(エース)プロジェクト」テレビCMが放映されます。

第1弾は、「Eat・食事編」。気になるCMの一部を一足早くお届けします!!



CMの内容

会社での昼食。

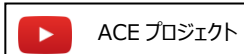
野菜たっぷりのお弁当を食べる先輩を見た後輩は、野菜の少ないボリューム満点のお弁当を自慢げに食べ始めますが、先輩からポテッとお腹が出ていることを指摘され…

テレビCMを見逃した人も、ご安心を。

— このCMは信州 ACE(エース)プロジェクトホームページ及びYoutubeでもご覧いただけます!!

さらに、ホームページでは、警告を受けた後輩のその後がわかる「Eat編・その後」も掲載!!

<http://ace.nagano.jp/>



…気になる続きは、CMで!!

引き続き、「Action・運動編」・「Check・健診編」も放送予定

★ ハヶ岳山麓で歩こう! ~ 信州の山の魅力も再発見! ~

「信州山の日」フェスタ in 原村にて、信州 ACE(エース)プロジェクトとタイアップしたイベント「ポールを使ったウォーキング講習会」が開催されます!

●●「信州 山の日」フェスタ in 原村 ●●

【場所】諏訪郡原村ハヶ岳自然文化園

【日時】7月23日(土) 19:00~21:30、24日(日) 10:00~16:00



ポールを使ったウォーキング講習会は24日(日)開催!!

○講習会は2回開催(①13:00~、②15:00~)各回60分

○その他、ブース展示もあります!!(10:00~)

当日受付
可能です!!



他にも、親子木工教室や自然保育体験会などのイベントが盛りだくさん!!
ハヶ岳山麓のカラマツ林で爽やかな風を感じてみませんか??

★「信州山の日」フェスタ in 原村について詳しくはこちら ↓↓↓

<http://www.pref.nagano.lg.jp/rinsei/happyou/160705press.html>



今日のランチに「健康づくり応援弁当」はいかがですか？

県では、幅広い年代の方が利用するコンビニエンスストアやスーパーマーケット等の事業者の皆様と連携し、「塩分控えめ」で「野菜たっぷり」の「健康づくり応援弁当（信州 ACE 弁当）」の提供を推進しています。

セブン-イレブン
信州 ACE 弁当 第4弾



アルクマが目印です！



健康づくり応援弁当(信州 ACE 弁当)の基準

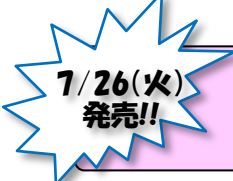
- ① 主食、主菜、副菜が揃っている
- ② エネルギーが 500～700Kcal 未満の範囲
- ③ 野菜(きのこ・海藻含む、イモ類含まない)が 140g 以上
- ④ 食塩相当量が3g 未満
- ⑤ 栄養成分(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量)を表示
- ⑥ 長野県産の食材を使用

若い世代や
働き盛り世代の
皆さんにオススメ

「健康づくり応援弁当」は、県内約 710 店舗で販売されています！(6月20日現在)
販売店、お弁当の詳細な情報についてはこちらから ↓↓↓

★長野県 HP「健康づくり応援弁当」

<http://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/kenko/kenko/kenko/kenkoouen/acebento.html>



セブン-イレブンから ACE 弁当第4弾が販売されます!!

詳しい情報については、
県 HP や ACE 公式サイトにて発表していますので、**要チェック**



参加者
募集中!!

あなたの職場はどうですか？～従業員の健康促進で会社の成長を！～

『タニタの健康セミナー』

～タニタ食堂に学ぶ 500kcal まんぷく定食のコツ～

- 【日時・会場】 13:30～15:30(全会場共通)
- 7月14日(木) ホク文化ホール ※終了
 - 9月12日(月) キッセイ文化ホール
 - 10月13日(木) 上田市丸子文化会館
 - 10月20日(木) 伊那文化会館

【お申込み】

別紙チラシの「参加申込書」により、FAX または郵送
でお申込みください。

＜お申込み・お問い合わせ先＞

協会けんぽ長野支部 企画総務グループ
電話 026-238-1251 FAX 026-238-1257

『会社の元気は社員の健康から！ 健康経営セミナー』

- 【日時・会場】 13:30～15:30(両会場共通)
- 8月18日(木) 松本市中央公民館(Mウイング) 6F ホール
 - 9月5日(月) 長野市生涯学習センター(トイーゴ) 4F 会議室

【主な内容】

基調講演：東京大学特任助教 古井祐司 氏
「健康経営が会社を変える」

【お申込み】

別紙チラシの「申込書」により、
FAX でお申込みください。

＜お申込み・お問い合わせ先＞

SBC 信越放送企画事業部
電話 026-237-0545
FAX 026-237-0594
★詳しくは、<http://ace.nagano.jp/>



どちらも入場無料です!!

7/22～7/31 夏の交通安全やまびこ運動実施中!!

ウォーキングで健康に！安全に歩こう！
交通安全「私から！」「止まる」「見る」「目立つ」

長野県健康福祉部健康増進課【信州 ACE(エース)プロジェクト推進ネットワーク事務局】
電話 026-235-7112 FAX 026-235-7170 E-mail kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp

