

プレスリリース [2025 年 10 月 14 日]

(計 2 枚)

町田市総合健康づくり月間 2025 を開催します

11 月 1 日から 30 日までの 1 ヶ月間を通して「町田市総合健康づくり月間 2025」を開催します。

本月間は、2020 年度から開始した取組で、昨年度は、過去最多となる 7,000 人を超える方にご参加いただきました。

今年度も多くの方に健康づくりに取り組んでいただくため、運動に関するイベントや健康づくりに関する講演会など、多彩なイベントをご用意しました。

■ 期間

11 月 1 日（土）～11 月 30 日（日）

■ 主な内容

「ここから始まる健康づくり!!」をテーマに、子どもから大人まで参加できる健康づくりイベントを実施します。

日程や会場などのイベントに関する詳細情報は、広報紙「みんなの健康だより特別号」または町田市ホームページをご確認ください。

■ 主なイベントの紹介

(1) Tokyo 健康ウォーク 2025

大腸がんの予防に重要な日々の運動習慣を身に着けるためのウォーキングイベントです。当日は、町田シバヒロをスタート地点に市内をめぐる。

主催：東京都・NPO 法人ブレイブサークル運営委員会（後援：町田市）

(2) 第 14 回すぽーつ祭まちだ 2025

様々なスポーツの体験や健康測定ができるスポーツイベントです。子どもから高齢者まで幅広い世代にご参加いただけます。

主催：町田市スポーツ協会

(3) 食育講演会

料理研究家の小田真規子氏を講師にお招きした食育に関する講演会です。「朝ごはん～あなたの朝時間にたりないもの～」というテーマでご講話をいただきます。

主催：町田市保健所 保健予防課



「みんなの健康だより特別号」表紙

■ イベントに参加して素敵な商品をもらおう！

イベントに参加し、Web アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、FC 町田ゼルビアのグッズ、株式会社伊藤園の飲料、町田の名産品詰め合わせのうち一つをプレゼントいたします。

■ 広報紙「みんなの健康だより特別号」

10 月 15 日から新聞折込、市内公共施設への設置等による配布を行います。

作成部数：96,000 部

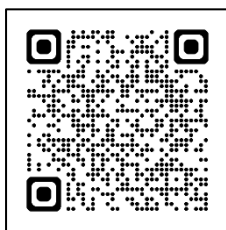
体 裁：タブロイド判・4 頁

配布場所：各市民センター、各連絡所、各コミュニティセンター、市立総合体育館、市立室内プール、各市立図書館 等

※紙媒体での配布のほか、広報紙をスマートフォンおよび PC から閲覧できるサービスである「Catalog Pocket」に「みんなの健康だより特別号」を掲載する予定です。

※ 記者 BOX 内に広報紙を入れてあります。併せてご覧ください。

■ 町田市ホームページ



<https://www.city.machida.tokyo.jp/iryo/iryo/event/healthmonth.html>

■ 本件に関するお問い合わせ先

保健所健康推進課 課長 菊地 TEL 042 - 724 - 4236