

## ながさき健康長寿メイト実施要綱

健康長寿日本一の長崎県づくりに向け、「ながさき健康長寿メイト」制度を実施するため、本要綱を制定する。

### (目的)

第1条 県民の自発的な健康づくりの取組を推進するとともに、仲間と楽しく健康づくりの取組を継続していただくことを目的とする。

### (定義)

第2条 仲間と励まし合い、楽しみながら自発的に健康づくりに取り組む者を「ながさき健康長寿メイト」という。

2 「ながさき健康長寿メイト」は呼称であって、資格制度ではない。

### (ながさき健康長寿メイトの責務)

第3条 ながさき健康長寿メイトは、楽しく健康づくりに取り組むとともに、健康に生き活きと毎日を送るよう努めなければならない。

### (登録申請の要件等)

第4条 ながさき健康長寿メイトに登録申請を行うことができる者は、長崎県内に在住している者、又は勤務する者で構成されたグループ及び個人であって、健康づくりに取り組む者。

2 グループの人数に制限は設けないが、3～5名を推奨する。

3 複数のグループに所属し、複数回登録することは問題ないが、活動資料の供与は1回限りとする。

### (活動内容)

第5条 ながさき健康長寿メイトは、次の活動を全て実施すること。

(1) 年に1回健康診査を受診すること

(2) 健康づくりのために、食生活に関する取組、又は運動に関する取組、或いはその両方を実践すること

(3) 健康づくりの楽しさや効果等について、家族や友人等の周りの人々に伝えたり、健康診査の受診を勧めたりすること

(4) 登録後、概ね3ヶ月経過後に活動実績を県に提出すること

(登録申請)

第6条 ながさき健康長寿メイトの登録を希望するものは、ながさき健康長メイト登録申請書(様式第1号)を県に提出するものとする。

(活動報告)

第7条 ながさき健康長寿メイトは、登録申請書を提出後、健康づくりの取組を開始して、概ね3ヶ月を経過後に「ながさき健康長寿メイト活動実績」(様式第2号)を県に提出しなければならない。

- 2 「ながさき健康長寿メイト活動実績」は、ながさき健康長寿メイトの活動終了を意味するものではないが、3ヶ月以降の活動実績の提出は要しない。

(その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は別途知事が定める。

附則

この要綱は、平成31年2月25日から施行する。