

目指すは元気な老後！  
あなたは大丈夫ですか？

# ロコモ ロコモティブシンドローム locomotive syndrome

## 予防の新たな取組を始めます



佐賀県 健康増進課

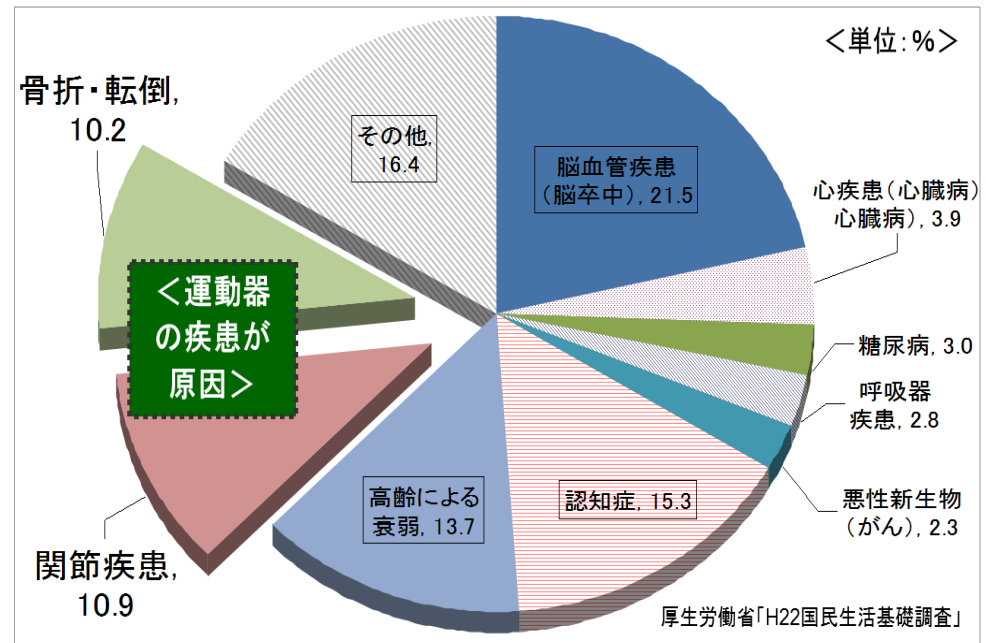
## ！ ロコモ(運動器症候群)とは

骨、関節、筋肉などの運動器の障害のために自立度が低下し、介護が必要となる危険性の高い状態。\*2007年、日本整形外科学会で提唱

## ！ 介護を受ける5人に1人は運動器の疾患が原因

### ロコモの三大原因

- バランス能力の低下
- 筋力の低下
- 骨、関節疾患



# ロコモ予防の県の取組

目標

ロコモ及びその予防について広く普及させます。

認知度 (言葉も意味も(だいたい)知っている)

現状(H24県民健康意識調査)

14.6%



目標(第2次健康プラン:H25~H34)

中間値(H29)

60.0%

目標値(H34)

80.0%

これまでは…

- ① シンポジウム及びセミナーの開催
- ② テレビCMの制作及び放映
- ③ ロコトレバージョン(体操)企画,DVD制作・配布
- ④ パンフレットの作成、配布



！ これからは…

## キャッチコピー & ロゴを使用した活動を展開

# STOP!



- 広報紙、HP、TVCMなどあらゆる媒体で活用していきます
- 市町や関連団体・企業等にも活用を依頼します

知ろう、防ごう、はじめよう!

—— ロコモ アクション・さが



佐賀発

# ロコモ予防カード(略称:ロコモカード)

対象者

40歳以上(※)の県民 ※ロコモカードの当該月の1日現在

実施期間

H25年10月～H26年3月

配布協力

- ① 食生活改善推進員(約4,000名)
- ② (株)ミズ(店舗配布)
- ③ 日本整形外科学会会員の整形外科医院(窓口配布)
- ④ 市町(窓口配布) 県は各保健福祉事務所、さが元気ひろばで配布

景品応募方法

- ① ロコモカード現物の提出  
(ミズ店舗(県内38)、市町、保健福祉事務所、さが元気ひろば)
- ② ロコモカード表面のデジタル写真を電子メールで県に提出

10  
月  
分

配布開始:H25年9月9日～

配布数:10万枚

協賛企業:佐賀グリコ乳業(株)、九州グリコ、(株)みのはら、(株)ヤクルト佐賀工場

景品:抽選で600名にグリコ牛乳(宅配サービス)やグリコ商品等を進呈

※景品・抽選数は毎月変わります。



# ロコモ予防で老後を元気に過ごしましょう

ロコモ予防の普及啓発にご協力をお願いします



ホームページもご覧ください。



佐賀県 ロコモ

検索



お問い合わせ先

佐賀県 健康福祉本部 健康増進課

TEL:0952-25-7074 FAX:0952-25-7268

E-mail:locomo@pref.saga.lg.jp