



ふくしま健民検定 に挑戦しよう！

福島県民の健康づくりに関する知識や理解度を測る「ふくしま健民検定」を実施します！合格者の中から抽選で素敵なプレゼントが当たります！



福島県復興シンボルキャラクター
キビタン

実施期間

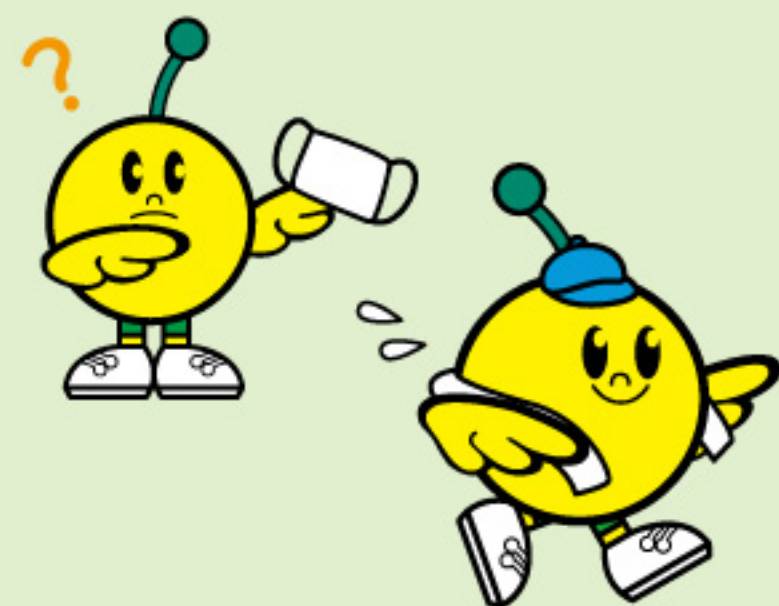
令和4年1月19日(水)～2月27日(日)

参加資格 福島県内に居住または勤務している方
(年齢制限はありません)

出題範囲 ふくしま健民検定クイズの出題内容
(福島県民の健康状態、健康づくりに関する基礎知識等)

合格基準 正答率70%以上

合格者には認定証として
「ふくしま健民カード(特別版)」をお送りします。
福島県内の店舗で素敵な特典が受けられます！



自宅やパソコン、スマートフォンなどで参加できます。

〈参加方法〉次のいずれかの方法を選択してください。

- ふくしま健民検定事務局(TEL:024-927-0021)へご連絡の上、問題用紙を入手。解答したものを事務局へ郵送する。
- ウェブサイト(URL: <https://kenkou-fukushima.jp/kentei>)の検定フォーム上で解答する。
- ウェブサイト(URL: <https://kenkou-fukushima.jp/kentei>)から問題用紙をダウンロードして印刷し、解答したものを事務局へ郵送する。
- 令和4年1月22日(土)折込の福島民報・福島民友に掲載の解答用紙へ記入し、事務局へ郵送する。



お問い合わせ先 ふくしま健民検定事務局

〒963-8032 郡山市下亀田17番地の7(株式会社ル・プロジェ内 ふくらボ!編集部)
TEL:024-927-0021 平日10:00～17:00

監修 公立大学法人福島県立医科大学健康増進センター

協賛 酪王協同乳業株式会社、株式会社mizkan

協力 全国健康保険協会福島支部



3. Fukushima 健民検定に合格して プレゼントを当てよう!

30
名様

酪王協同乳業株式会社

研Q室のヨーグルト
(8個入り×2箱)



30
名様

mizkan
やがて、いのちに変わるもの。

●こなべっち®〈ごま豆乳鍋つゆ〉
(1人前×4袋)
●味ぽん®〈ちょいかけボトル入り〉
(190ml)



※「ふくしま健民検定」合格者が対象となります。「ふくしま健民検定クイズ」は対象外となりますのでご了承ください。
※合格者の中から抽選でのプレゼントとなります。どちらが当たるかは届いてからのお楽しみです。
※当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

おとなでクイズに
チャレンジしてみよう!

問題をスクラップブックに
貼って自分だけの問題集を作ろう!
お問い合わせは事務局まで。



3. Fukushima 健民検定クイズ

3. Fukushima 健民検定クイズとは

令和3年12月16日(木)～令和4年1月17日(月)<12/31～1/2は除く>の
30日間、福島民報・福島民友新聞などに掲載される健康クイズです。
毎日チェックして、日々の健康づくりに役立てましょう!

令和4年1月19日(水)から始まる「ふくしま健民検定」のために予習しよう!

※過去に掲載されたクイズは、ウェブサイト (URL: <https://kenkou-fukushima.jp/kentei>) でチェックできます。



アプリでもクイズに答えられます!

3. Fukushima 健民アプリで 楽しく健康づくり!

ご当地キャラクターと一緒に健康づくりを行えるアプリケーション。
毎日の歩数や自分の健康に関する取り組みを記録してポイント換算
できます! 「ふくしま健民カード」を手に入れて特典をゲットしよう!

主な機能

- ① 歩数管理
- ② 日めくりセルフ健康チェック
- ③ 健康づくり情報の提供
- ④ ふくしま健民カード表示
- ⑤ パーチャルウォーキング機能
- ⑥ 動画エクササイズ
- ⑦ スタンプラリー機能
- ⑧ 目標設定機能
- ⑨ 健康づくり記録機能
- ⑩ 応援キャラクター機能
- ⑪ アプリ起動時ガチャ機能

ダウンロードサイトおよび動作環境

各ストア内で「ふくしま健民アプリ」で検索、または二次元コードから!

iPhone端末の場合

App Store
からダウンロード

OSバージョン

iOS 9.0 以上

機種

iPhone 5s 以降



Android端末の場合

Google Play
で手に入れよう

OSバージョン

Android 5.0 以上

機種

Android 5.0 以降を
初期OSとしている機種



※Apple、Apple ロゴ、iPhone は米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は Apple Inc. のサービスマークです。
※Android、Google Play、Google Play ロゴは、Google LLC の商標です。