



茅ヶ崎みんなの 食と元氣と歯っぴい計画



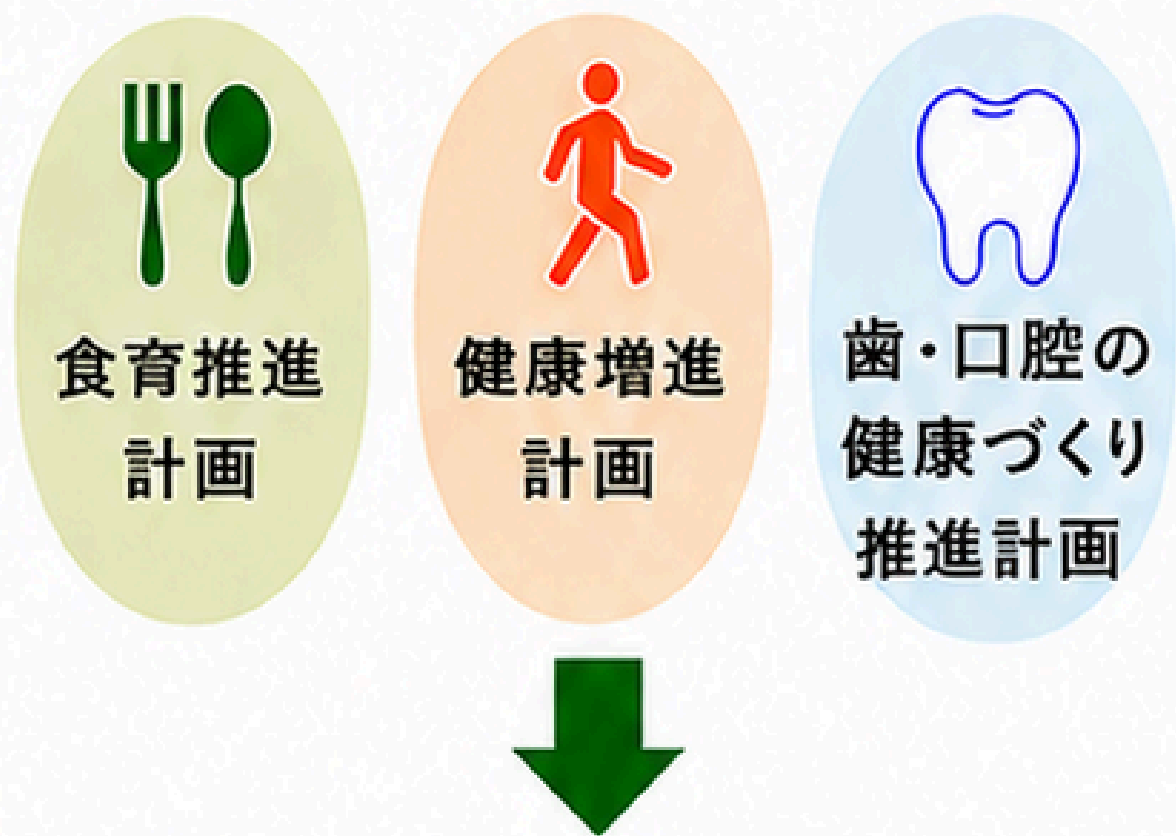
中間評価概要版（令和7年度）



みんなで取り組む健康づくりの“今”をまとめました。

この計画は？

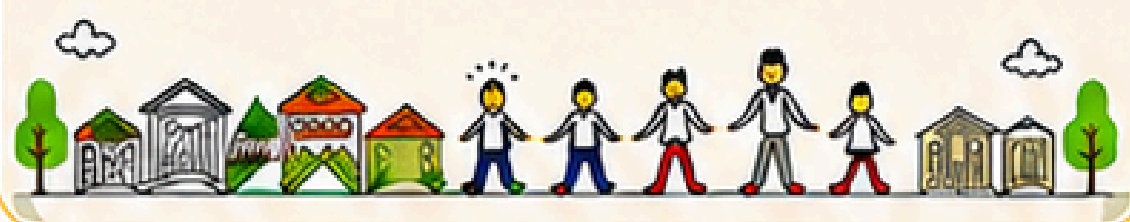
3つの計画を一体的に推進しています



基本理念

生涯にわたり

みんなの笑顔が輝くまち



良かったこと・課題・これからの方向性（主なポイント）



良かったこと

- ・朝食を食べる人の割合が増加
- ・運動習慣が定着化
- ・フロスや歯間ブラシの使用率向上



課題

- ・栄養成分表示の活用が進まない
- ・起床時に疲労感の残る人が増加
- ・各種健康診断や検診の受診率の伸び悩み



これからの方向性

- ・年代や性別に応じたアプローチの強化
- ・各分野の連携を更に推進

これから大切にすること

食べる

バランスよく
おいしく食べよう



動く

毎日少しずつ
体を動かそう



歯を守る

お口の健康から
全身の健康へ



市民・行政と一緒に
健康なまちを
つくります！





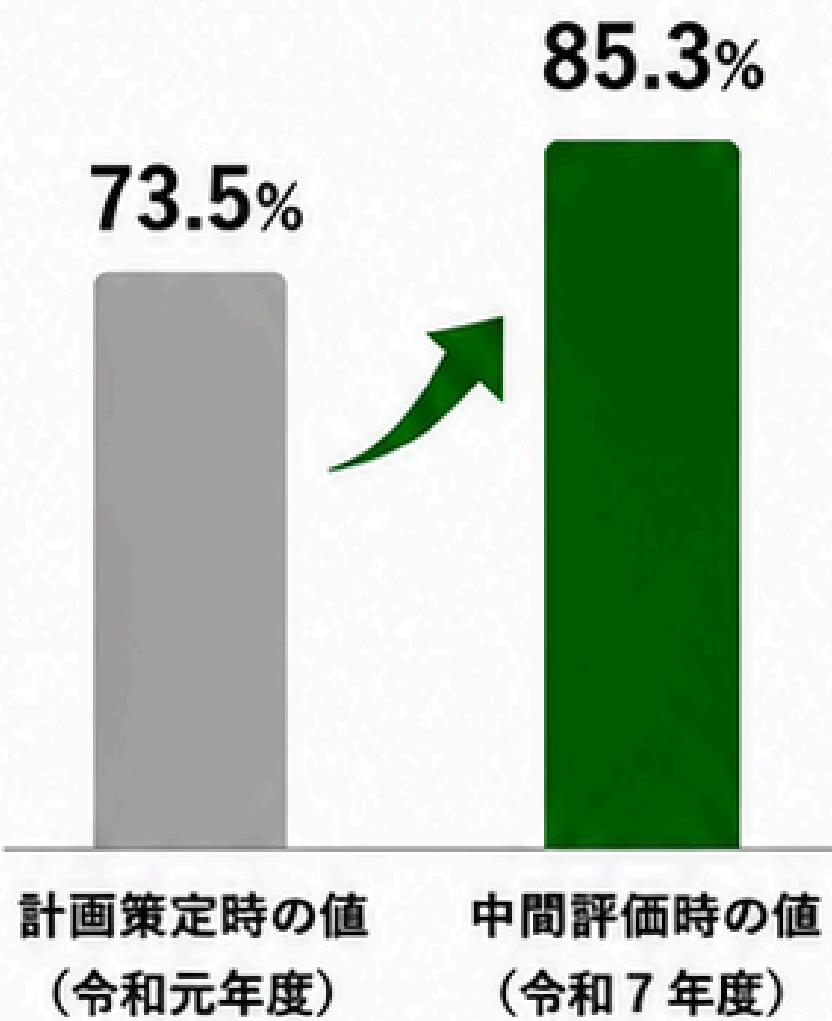
3つの計画のトピックス

中間評価から見えてきた、3つの分野の“今”をお伝えします



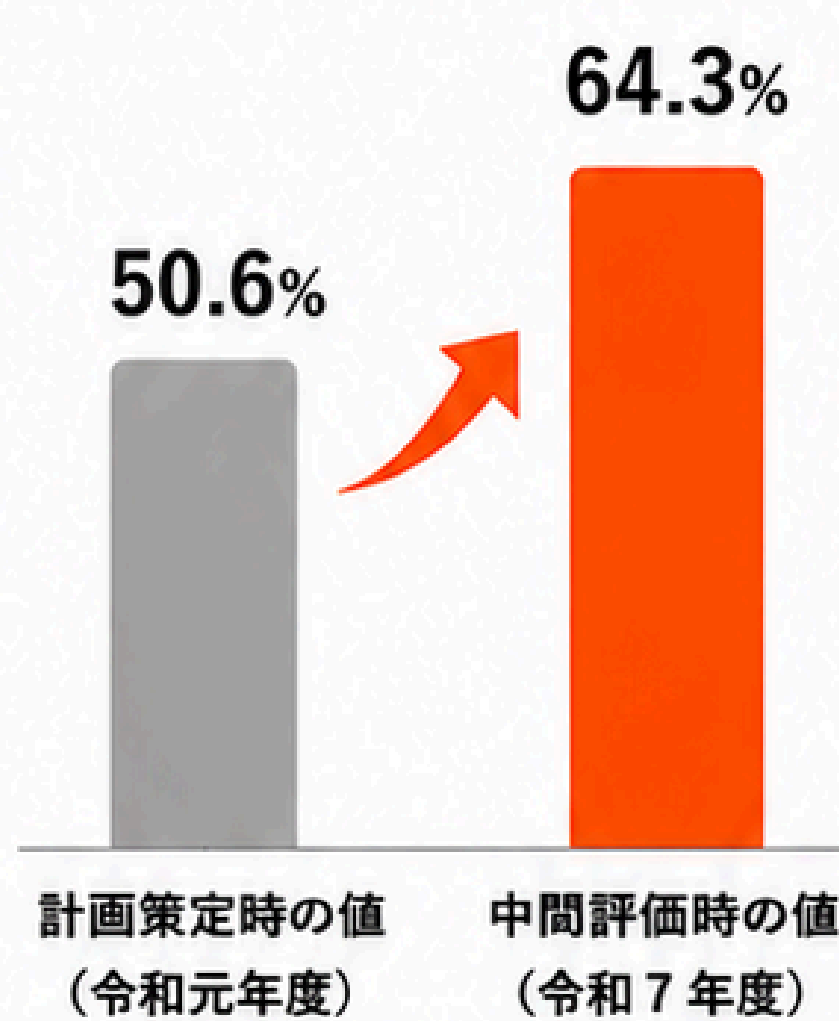
食育

農業・漁業を体験したことがある市民の割合



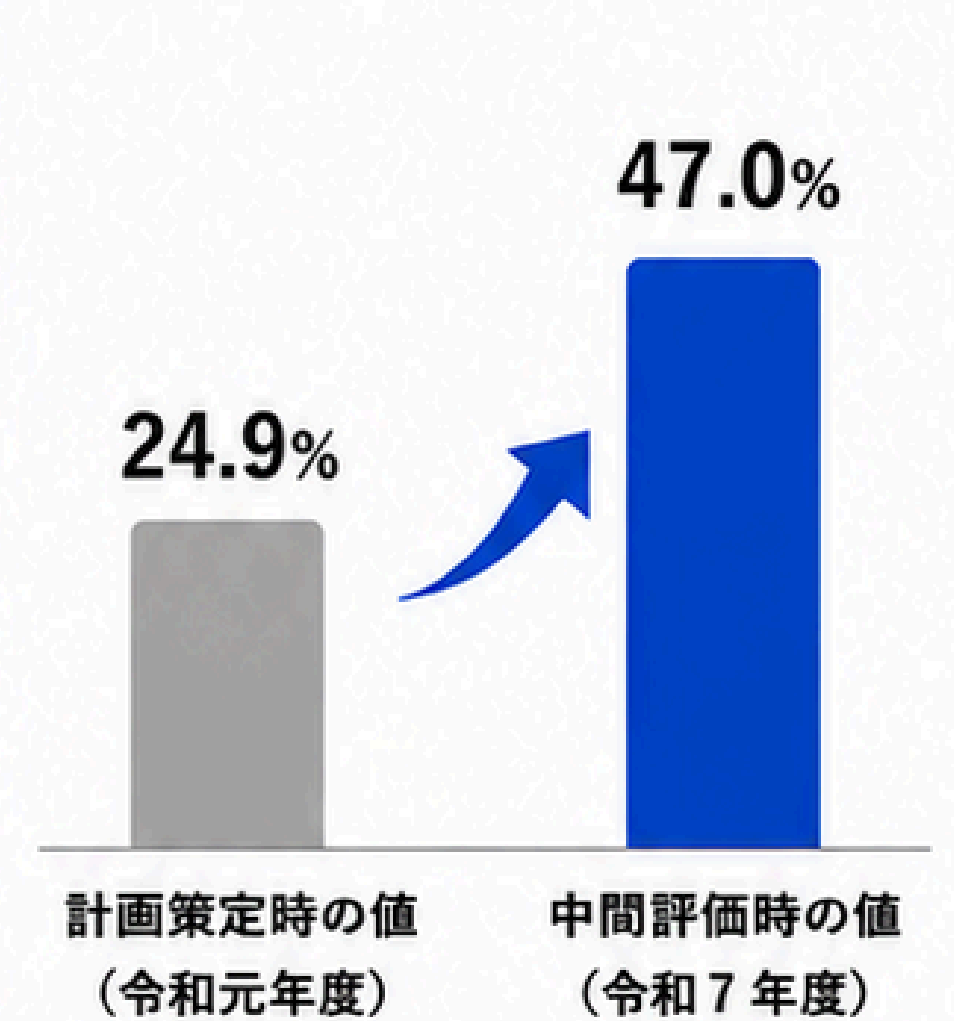
健康づくり

1日30分・週1回以上の運動をしている市民の割合



歯・口腔の健康づくり

オーラルフレイルを知っている市民の割合



市がこれからも進めること

- ・年代や性別に応じた働きかけを行い、SNS等も積極的に活用していきます
- ・生活習慣の改善に加え、十分な休養など健康の質を高める視点を取り入れた事業に取り組みます
- ・普及啓発を継続し、知識の定着と行動が継続するよう働きかけます

地元の「食」を味わい、体験することが、豊かなところと体を作ります！



心地よく続けられる運動が、病気の予防や、質の良い睡眠、リフレッシュに効果的！



お口の健康を保ち、生涯自分の歯で食事や会話を楽しみましょう！



生涯にわたり みんなの笑顔が輝くまち



詳しい内容は
こちらから
(市ホームページ)



(茅ヶ崎みんなの食と元気と歯っぴい計画のページ)