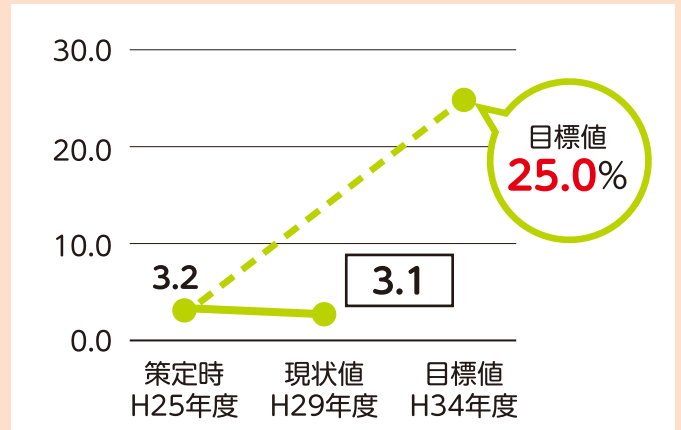
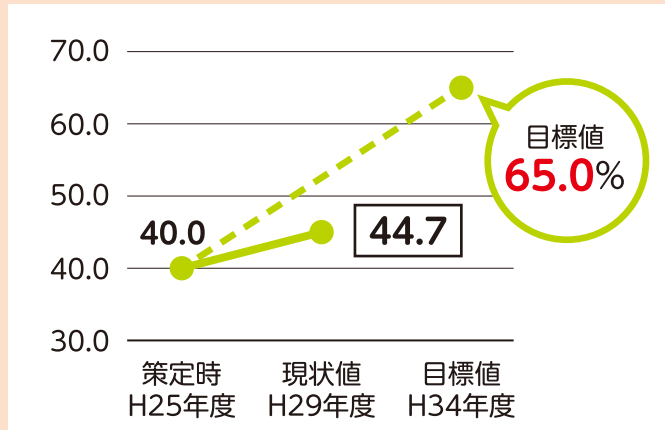


地域（**ち**いき）の人とつながって

中間評価の結果

◆地域のつながりの強化(居住地でお互いに助け合っていると思う者の割合)及び健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている者の割合は、目標を達成していません。
(H29年度生活習慣に関するアンケート調査、H28年社会生活基礎調査)

居住地でお互いに助け合っていると思う者の割合(%) 健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている者の割合(%)



地域の絆やつながりは、健康に影響を及ぼすと言われています。(厚生労働省)

延 **ば** そう健康寿命!

知っていますか?!

あなたの周りの地域の人とつながる活動!

町内会・自治会

ボランティア

消防団

母子保健・食生活改善推進員

歩こう会

NPO

趣味サークル

PTA

祭り・イベント参加

ラジオ体操

地域の緑化活動

親戚・ご近所付き合い

地域の清掃活動

生涯大学校

老人クラブ

※活動の種類やその名称等は地域によって異なります。地域の新聞・広報誌、お住いの市町村等の情報をチェックしてみましょう。

いつまでも元気に“生涯現役”で過ごすには、若いころからの食生活や身体活動・運動、休養等の適切な生活習慣の積み重ねや地域の人とのつながりが大切です。

さあ、今日から一緒に「**げ・ん・き・ち・ば**」を実践しましょう!