

第4次健康いばらき21プランの概要

計画の位置づけ

- 健康増進法に基づく都道府県健康増進計画
- 茨城県歯と口腔の健康づくり8020・6424推進条例に基づく歯科保健計画
- 食育基本法に基づく都道府県食育推進計画

計画の期間

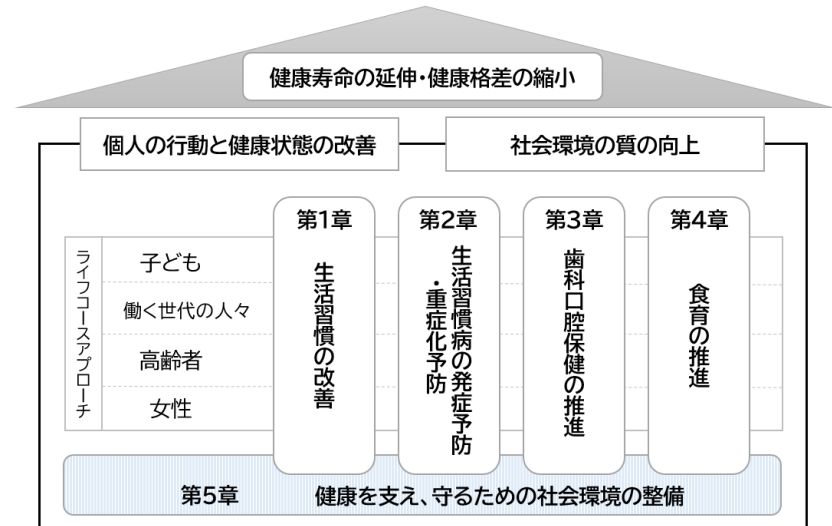
- 2024年度～2035年度(12年間)
- 2029年度(6年目)に中間評価を実施。必要に応じ計画の見直しを図る。

第3次プラン目標指標達成状況（主なもの）

目標指標		基準値	現況値	目標値(2023)	達成状況
健康寿命の延伸	男性	71.32年(2010)	72.71年(2019)	73.32年	順調に改善
	女性	74.62年(2010)	75.80年(2019)	76.62年	順調に改善
1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続している人の割合(20歳以上)	男性	35.1%(2016)	42.1%(2022)	36.9%	達成
	女性	27.7%(2016)	41.4%(2022)	29.0%	達成
3歳児でむし歯のない者の増加		81.5%(2015)	87.9%(2021)	85.0%	達成
「いばらき美味しおスタイル指定店」として指定された店舗等の数			364(2022)	240	達成

概念図

【基本目標】 すべての県民が健康で明るく元気に暮らせる社会の実現



第4次プラン目標指標（主なもの）

目標指標		現況値	目標値(2035)
健康寿命の延伸	男性	72.71年(2019)	76.21年
	女性	75.80年(2019)	79.30年
1日あたりの食塩平均摂取量(20歳以上)	男性	10.9g(2022)	8.0g(2029)
	女性	8.9g(2022)	7.0g(2029)
40～50歳代で28本以上の自分の歯を持つ者の割合		59.6%(2022)	70%
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合		50.0%(2022)	65%以上

スローガン

みんなで一緒に健康づくり 「元気アップ いばらき！」

げん 減塩で 予防しましょう 高血圧
 き 休肝日 つくって続ける 適正飲酒
 あ 歩きましょう 毎日継続 肥満予防
 つ つながろう 地域で取り組む 仲間づくり
 ぷ フッ化物 みんなで使って むし歯予防
 い 一年に 一度は受けよう 健康診査
 ば バランス良く みんなで食べよう いばらきの野菜
 ら ライバルは 吸いたい自分と このタバコ
 き 休養を しっかりとって リフレッシュ