

働く世代の食生活改善！

「ツヅキ ベジタブル チャレンジ」を実施します

横浜市民の平均野菜摂取量は291g^{※1}で、国の目標である1日350gを下回っています。また、バランスのよい食事^{※2}を実践している人も約37%^{※3}にとどまっています。

そこで都筑区では、令和7年度に引き続き、栄養バランスの改善が特に必要な働く世代に向け、野菜摂取への関心を高めるための取組『ツヅキ ベジタブル チャレンジ』を実施します。

厚生労働省が定める「食生活改善普及運動月間」である9月を啓発強化月間とし、商業施設でのPOP掲示や、YouTube 広告を通じて、「野菜プラス1品」を呼び掛けます。

※1 第3期健康横浜 21(横浜市の総合的な健康づくりの指針(令和6年3月策定))に基づく数値

※2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事 ※3 令和5年度健康に関する市民意識調査に基づく数値



取組内容

1 商業施設で POP シール・ポスターを掲示

区内4か所の商業施設のフードコート又はテナント店舗等で、野菜摂取を呼び掛ける **POP シール**を掲示します。POP シールから**クイズに挑戦**できるほか、二次元コードで、「**パパッと作れる野菜プラスワンレシピ**」動画を視聴できます。

また、**館内デジタルサイネージ**で、啓発アニメーション動画を放映します。

< 掲示・放映施設 >



- ・港北 TOKYU S.C.
- ・ノースポート・モール
- ・モザイクモール港北
- ・三井ショッピングパーク ららぽーと横浜

< 掲示・放映期間 > 9月1日(火)～9月30日(水)^{※4}

※4 商業施設によって実施期間や内容に若干の差異がございます。



↑ POP イメージ

POP を探して
クイズに挑戦してね！



都筑区マスコットキャラクター「つづき あい」

2 YouTube 広告

野菜プラス1品を啓発する15秒のアニメーション動画を、YouTube 広告として配信します。

※商業施設におけるデジタルサイネージで放映する動画と同様の内容です。



< 実施期間 > 9月1日(火)～9月30日(水)

レシピ動画や啓発アニメーション動画は区ホームページからも視聴できます。また、野菜摂取の身体的な効果等、詳しい情報も紹介しています！

[区ホームページはこちら→](#)



↑ 動画イメージ

お問合せ先

福祉保健課長 清 Tel 045-948-2340



GREEN × EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月 横浜・上瀬谷