

令和6年国民健康・栄養調査調査の枠組み（案）

参考資料2  
R6.7.23～25  
令和6年国民健康・栄養調査  
企画解析検討会

| 健康日本21(第三次)                                                              |                                                                 | 令和6年国民健康・栄養調査                                       |     |        |                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 目標                                                                       | 指標                                                              | 調査票※                                                | 問   | 調査項目   |                                                                                                                                                                |
| 1<br>生活習慣の改善<br>（1）栄養・食生活<br>（2）身体活動・運動<br>（3）休養・睡眠<br>（4）飲酒<br>（5）喫煙    | ①適正体重を維持している者の増加<br>以下の者の割合の減少<br>・肥満<br>・若年女性のやせ<br>・低栄養傾向の高齢者 | BMI 18.5以上25未満(65歳以上はBMI 20を超え25未満)の者の割合(年齢調整値)     | 身体  | 身体計測1  | 身長                                                                                                                                                             |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 身体計測2  | 体重                                                                                                                                                             |
|                                                                          | ③バランスの良い食事を摂っている者の増加                                            | 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合                | 生活  | 1      | ここ1ヶ月間、あなたの1日の食事（間食を除く）の回数は何回でしたか。                                                                                                                             |
|                                                                          | ④野菜摂取量の増加                                                       | 野菜摂取量の平均値                                           | 栄養  | -      | 食品群別摂取量                                                                                                                                                        |
|                                                                          | ⑤果物摂取量の改善                                                       | 果物摂取量の平均値                                           | 栄養  | -      | 食品群別摂取量                                                                                                                                                        |
|                                                                          | ⑥食塩摂取量の減少                                                       | 食塩摂取量の平均値                                           | 栄養  | -      | 栄養素等摂取量                                                                                                                                                        |
|                                                                          | ①日常生活における歩数の増加                                                  | 1日の歩数の平均値(年齢調整値)                                    | 栄養  | -      | 1日の身体活動量（歩数）                                                                                                                                                   |
|                                                                          | ②運動習慣者の増加                                                       | 運動習慣者の割合(年齢調整値)                                     | 身体  | 問診9    | 運動習慣                                                                                                                                                           |
|                                                                          | ①睡眠で休養がとれている者の増加                                                | 睡眠で休養がとれている者の割合(年齢調整値)                              | 生活  | 5      | ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。                                                                                                                                    |
|                                                                          | ②睡眠時間が十分に確保できている者の増加                                            | 睡眠時間が6～9時間(60歳以上については、6～8時間)の者の割合(年齢調整値)            | 生活  | 4      | ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。                                                                                                                                |
| 2<br>生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防<br>（2）循環器病<br>（3）糖尿病                         | ①生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している者の減少                                | 1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合                | 生活  | 9      | あなたはお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。<br>9-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。                                                                                               |
|                                                                          | ①喫煙率の減少(喫煙をやめたい者がやめる)                                           | 20歳以上の者の喫煙率                                         | 生活  | 10     | あなたはたばこを吸いますか。<br>10-2 たばこをやめたいと思いますか。                                                                                                                         |
|                                                                          | ②よく噛んで食べることができる者の増加                                             | 50歳以上における咀嚼良好者の割合(年齢調整値)                            | 生活  | 3      | かんで食べる時の状態について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。                                                                                                                         |
|                                                                          | ②高血圧の改善                                                         | 収縮期血圧の平均値(40歳以上、内服加療中の者を含む。)(年齢調整値)                 | 身体  | 身体計測4  | 血圧                                                                                                                                                             |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 問診6(a) | 血圧を下げる薬の使用の有無                                                                                                                                                  |
|                                                                          | ③脂質(LDLコレステロール)高値の者の減少                                          | LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合(40歳以上、内服加療中の者を含む。)(年齢調整値) | 身体  | 血液検査4  | LDL-コレステロール                                                                                                                                                    |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 問診6(c) | コレステロールを下げる薬の使用の有無                                                                                                                                             |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 問診6(d) | 中性脂肪(トリグリセリド)を下げる薬の使用の有無                                                                                                                                       |
|                                                                          | ②治療継続者の増加                                                       | 治療継続者の割合                                            | 身体  | 問診7    | これまでに医療機関や健診で糖尿病といわれたことの有無（「境界型である」、「糖尿病の気がある」、「糖尿病になりかけている」、「血糖値が高い」などのようにいわれたことも含む）<br>問診7-1 現在の糖尿病治療の有無（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）                           |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 血液検査1  | ヘモグロビンA1c                                                                                                                                                      |
| 別表第三<br>社会環境の質の向上に関する目標<br>（1）社会とのつながり<br>（2）健康に自然に<br>（3）高齢者            | ②社会活動を行っている者の増加                                                 | いずれかの社会活動(就労・就学を含む。)を行っている者の割合                      | 生活  | 6      | あなたは、現在、町内会や地域行事、ボランティア活動、スポーツや趣味などのグループ活動に参加していますか。どのような活動に、どのくらいの頻度で参加していますか。<br>7 あなたは、現在、収入になる仕事（パート・アルバイトも含む）についていますか。<br>8 あなたは、現在、学校に通っていますか（学校の職員は除く）。 |
|                                                                          |                                                                 |                                                     | 生活  | 11     | あなたはこの1ヶ月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。                                                                                                           |
|                                                                          | ③望まない受動喫煙の機会を有する者の減少                                            | 望まない受動喫煙(家庭・職場・飲食店)の機会を有する者の割合                      | 生活  | 11     |                                                                                                                                                                |
|                                                                          | ①低栄養傾向の高齢者の減少(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲)                            | BMI 20以下の高齢者(65歳以上)の割合                              | 身体  | 身体計測1  | 身長                                                                                                                                                             |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 身体計測2  | 体重                                                                                                                                                             |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 生活     | 6                                                                                                                                                              |
|                                                                          | ③社会活動を行っている高齢者の増加(社会活動を行っている者の増加の一部を再掲)                         | いずれかの社会活動(就労・就学を含む。)を行っている高齢者(65歳以上)の割合             | 生活  | 6      |                                                                                                                                                                |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 7      |                                                                                                                                                                |
|                                                                          |                                                                 |                                                     |     | 8      |                                                                                                                                                                |
|                                                                          | ①若年女性のやせの減少(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲)                              | BMI 18.5未満の20歳～30歳代女性の割合                            | 身体  | 身体計測1  | 身長                                                                                                                                                             |
| 身体計測2                                                                    |                                                                 |                                                     |     | 体重     |                                                                                                                                                                |
| 生活                                                                       |                                                                 |                                                     |     | 9      | あなたはお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。<br>9-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。                                                                                               |
| ③生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している女性の減少(生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している者の減少の一部を再掲) | 1日当たりの純アルコール摂取量が20g以上の女性の割合                                     | 生活                                                  | 9   |        |                                                                                                                                                                |
|                                                                          |                                                                 |                                                     | 9-1 |        |                                                                                                                                                                |

※身体：身体状況調査票、生活：生活習慣調査票、栄養：栄養摂取状況調査票