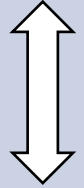


## 健康日本21（第三次）推進の方向性（イメージ） （飲酒、喫煙・COPD領域追加）

| 項目（告示）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 地域における取組とそのポイント                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 国の取組                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>第三 都道府県健康増進計画及び市町村健康増進計画の策定に関する基本的な事項</b></p> <p><b>一 健康増進計画の目標の設定と分析・評価等</b></p> <p>・地方公共団体は、人口動態、医療・介護をはじめとする各分野の統計やデータベース等の地域住民に関する各種指標を活用しつつ、地域の社会資源等の実情を踏まえ、独自に必要な課題を選択し、その到達すべき目標を設定し、定期的に分析・評価を行った上で、改定を実施することとする。国は、地方公共団体における都道府県健康増進計画及び市町村健康増進計画の策定の支援を行う。</p> <p><b>二 都道府県の役割と都道府県健康増進計画</b></p> <p>・都道府県は、庁内の関連する部局が連携して都道府県健康増進計画を策定することとし、当該計画において、国が設定した目標を勘案しつつ、具体的な目標を設定する。また、区域内の市町村ごとの健康状態や生活習慣の状況の差の把握を行い、地域間の健康格差の是正に向けた取組を位置付けるよう努めるものとする。</p> <p>・都道府県は、地域・職域連携推進協議会等も活用し、市町村や医療保険者、企業、教育機関、民間団体等の関係者の連携強化のための中心的役割を担い、データの活用や分析を積極的に行い、市町村における市町村健康増進計画の策定の支援を行う。</p> <p>・保健所は、地域保健の広域的、専門的かつ技術的な拠点として、健康づくりに関する情報を収集・分析し、地域の住民や関係者に提供するとともに、地域の実情に応じ、市町村における市町村健康増進計画の策定の支援を行う。</p> <p><b>三 市町村の役割と市町村健康増進計画</b></p> <p>・市町村は、都道府県や保健所とも連携しつつ、また、庁内の関連する部局が連携して市町村健康増進計画の策定に努めるものとする。市町村は、国や都道府県が設定した目標を勘案しつつ、具体的な目標を設定するよう努めるものとする。</p> <p>・医療保険者として策定する高齢者の医療の確保に関する法律に規定する特定健康診査等実施計画、市町村が策定する介護保険法に規定する市町村介護保険事業計画に加え、データヘルス計画その他の市町村健康増進計画と関連する計画との調和に配慮する。</p> <p><b>第七 その他国民の健康の増進の推進に関する重要事項</b></p> <p><b>一 多様な主体による連携及び協力</b></p> <p>誰一人取り残さない健康づくりを効果的に展開するためには、行政だけでなく、地域の関係者や民間 部門の協力が必要である。保健、医療、福祉の関係機関及び関係団体並びに大学等の研究機関、企業、教育機関、N P O、N G O、住民組織等の関係者が連携し、効果的な取組を行うことが望ましい。地方 公共団体は、これらの関係者間の意思疎通を図りつつ、協力を促していくことが望ましい。</p> | <div> <p>【取組のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 総合計画をはじめとする自治体の他の計画との調和</li> <li>・ 地域の多様な主体との連携体制の構築</li> <li>・ 多様な主体の連携による健康づくりの推進</li> </ul> </div> <div> <p>＜都道府県＞<br/>都道府県健康増進計画の策定・推進</p> <p>↑ ↓</p> <div> <p>【取組のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 都道府県（保健所）による市町村の支援</li> <li>・ 都道府県と市町村の取組に一体性を持たせる</li> </ul> </div> <p>＜市町村＞<br/>市町村健康増進計画の策定・推進</p> <p>↑ ↓</p> <div> <p>【取組のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 職域との連携<br/>（地域職域連携協議会の活用）</li> </ul> </div> <div> <p>＜企業・保険者等における取組＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ データに基づく保健事業の実施（データヘルス計画）</li> <li>・ 健康経営の取組</li> <li>・ 産業保健活動</li> </ul> </div> </div> | <p>○地域の健康づくりの好事例収集</p> <p>○地域・職域連携推進関係者会議の開催</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地域・職域・保険者が連携した取組の検討</li> </ul> <p>○地域・職域連携推進のためのポータルサイトの構築、好事例提示</p> |

| 項目（告示）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 地域における取組とそのポイント                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 国の取組                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>第四 国民健康・栄養調査その他の健康の増進に関する調査及び研究に関する基本的な事項</b></p> <p>○データ分析・評価</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>国、地方公共団体、独立行政法人等においては、国民健康・栄養調査、都道府県等による健康・栄養調査、国民生活基礎調査、健康診査等に関する各種統計・データベース、その他の収集した情報等に基づき、現状分析を行うとともに、健康増進に関する施策の評価を行い、それらの結果等を踏まえ、必要に応じて施策の見直しを行う。</li> <li>国及び地方公共団体は、P H Rの利活用を更に進めるとともに、保健医療情報に関するビッグデータをはじめとする情報の収集・分析を行い、その結果等を踏まえ、国民や関係者が効果的な健康増進施策を実施することができる仕組みを構築するよう努める。</li> </ul> | <p>＜都道府県の取組＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>都道府県民健康・栄養調査を実施</li> <li>県内の状況を把握可能な情報（既存データ）の収集</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【取組のポイント】</p> <p>＜都道府県＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康・栄養調査、NDBオープンデータ、KDBなど、データを活用した都道府県内の各市町村の現状の評価、課題の抽出、及び市町村へのデータの提供</li> <li>データの分析・評価について、都道府県内のアカデミアとの連携体制の構築</li> </ul> <p>＜都道府県/市町村＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>既存データ及び独自に収集したデータを活用した課題の把握、取組の策定・実施、進捗評価、見直し（PDCAサイクル）の実施</li> </ul> </div> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【取組のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>保険者との連携<br/>（自治体内の健康づくり部門と国保部門の連携）</li> </ul> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>＜保険者における取組＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>データヘルス計画におけるデータ利活用</li> <li>保険者間の連携</li> </ul> </div> <p>＜保健所の役割＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市町村への専門的・技術的な指導及び支援</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○県民健康・栄養調査マニュアルの作成</li> <li>○都道府県で活用できるデータ分析ツールの提供（保健医療科学院等）</li> <li>○データ分析に係る人材育成・研修会の開催（保健医療科学院）</li> <li>○健康支援情報プラットフォーム構築を介した地域の情報の見える化を推進</li> <li>○保険者と連携した取組の検討</li> </ul> |

# 健康日本21（第三次）推進の方向性（イメージ） ※順次 具体的施策を提示

第1回 健康日本21（第三次）  
推進専門委員会 資料4-2  
一部改変

| 項目（告示）                                                                                                                                                                                                                      | 地域における取組とそのポイント                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 国の取組                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>第二 国民の健康の増進の目標に関する事項</b><br><br>○個人の行動と健康状態の改善<br>（一）生活習慣の改善<br>（二）生活習慣病（NCDs）の発症<br>予防・重症化予防<br>（三）生活機能の維持・向上<br><br>○社会環境の質の向上<br>（一）社会とのつながり・こころの<br>健康の維持及び向上<br>（二）自然に健康になれる環境づくり<br>（三）誰もがアクセスできる健康増進<br>のための基盤の整備 | <p>＜都道府県＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>都道府県単位での普及啓発・情報発信</li> </ul> <div>【取組のポイント】</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>地域の実情に応じた具体的取組の提示</li> <li>好事例の紹介</li> </ul> <p>＜市町村＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>普及啓発・情報発信</li> <li>健康教育・保健指導</li> <li>環境整備</li> </ul> <div>【取組のポイント】</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>保険者・産業保健・他部門との連携</li> </ul> <p>＜保険者等における取組＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健診・特定保健指導</li> <li>生活習慣病の重症化予防等をはじめとする保健事業</li> <li>高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施</li> </ul> <p>＜企業における取組＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>産業保健活動</li> <li>健康経営の取組</li> </ul> <p>＜他部門における取組・部局横断的な取組＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくり</li> <li>働き方改革（生活時間・睡眠時間の確保）</li> </ul> | <p>【各領域の個別の取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>各領域の目標達成のための具体的取組・環境整備の提示</li> <li>各領域の基準・指針の作成               <ul style="list-style-type: none"> <li>身体活動・運動基準の見直し</li> <li>睡眠指針の見直し</li> <li>食事摂取基準見直し、食事ガイド作成</li> <li>飲酒ガイドライン作成</li> </ul> </li> <li>他部門・他省庁の取組との連携<br/>               （例）長時間労働の抑制及び勤務間インターバル制度の普及促進（生活時間・睡眠時間の確保）<br/>               他省庁において予防・健康づくり領域での指針等策定及び活用</li> <li>好事例の収集・提示</li> </ul> <p>【分野横断的な取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>スマート・ライフ・プロジェクト（SLP）</li> <li>国民を対象とした健康づくりに関する情報発信</li> <li>自治体等の健康づくり担当者を対象とした健康づくりに関する情報発信</li> </ul> |
| <b>第六 食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他生活習慣に関する正しい知識の普及に関する事項</b><br><br>健康増進には、国民の意識と行動の変容が重要であることから、国民の主体的な取組を支援するため、国民に対する十分かつ確かな情報提供が必要である。（中略）<br>国は、地方公共団体、企業、民間団体等が参画するプラットフォームも活用し、正しい知識の普及啓発に努める。地方公共団体は、地域の実情に応じた取組を行う。  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

# 健康日本21（第三次）推進の方向性（身体活動・運動領域）（イメージ）更新

| 項目（告示）                                                                                                                                                                                                                                  | 地域における取組とそのポイント                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 国の取組                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>第二 国民の健康の増進の目標に関する事項</b> <p>○個人の行動と健康状態の改善</p> <p>（一）生活習慣の改善</p> <p>（二）生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防</p> <p>（三）生活機能の維持・向上</p> <p>○社会環境の質の向上</p> <p>（一）社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上</p> <p>（二）自然に健康になれる環境づくり</p> <p>（三）誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備</p> | <p><b>【普及啓発・情報発信】</b></p> <p>身体活動・運動の重要性の周知や身体活動・運動への取組の参考となる情報提供等</p> <p><b>一般国民向け</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イベント、ウェブサイトでの情報発信</li> <li>・ポスター、リーフレット（アクティブガイド等）の配布</li> </ul> <p><b>働き世代・企業へのアプローチ（職域との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・職場での身体活動不足への取組の事例紹介</li> </ul> <p><b>若い世代へのアプローチ（子育て部門との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親子で参加できる運動イベント等</li> </ul> <p>※こども世代、子育て世代をターゲットとする</p> <p><b>高齢者へのアプローチ</b></p> <p><b>【健康教育・保健指導】</b></p> <p>「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」等を用いた生活指導</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 特定保健指導の対象者への保健指導（歩数、運動習慣、歩行速度など）（<b>保険者との連携</b>）</li> <li>○ 生活習慣病患者への運動指導（指定運動療法施設の活用等）</li> </ul> <p><b>【環境整備】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくりや公園など運動の場の整備（<b>まちづくり部門との連携</b>）</li> <li>○ 運動施設の充実 <ul style="list-style-type: none"> <li>・施設自体の整備、健康増進施設認定の推進等</li> </ul> </li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ アプリや健康ポイント等の導入（<b>ヘルスケア系企業との連携</b>）</li> <li>例）歩数によってアプリ内の特典が得られるなど</li> <li>○ ウェアラブルデバイス（スマホのアプリ等含む）を活用した、自身の歩数等の見える化</li> </ul> | <p><b>【国レベルでの普及啓発・情報発信】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SLPを介した周知（<b>職域、一般国民向け</b>） <ul style="list-style-type: none"> <li>：健康増進普及月間、ウォーキングイベント、サイト内コンテンツ充実等</li> </ul> </li> <li>○ SLP等を介した好事例の収集・共有（<b>自治体、職域向け</b>）</li> <li>○ e-ヘルスネットを通じた普及啓発（<b>一般国民向け</b>）</li> <li>○ スポーツ庁と連携した情報発信 <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域施策・スポーツ部局等でのアクティブガイドの活用（連名通知）</li> <li>・第3期スポーツ基本計画で掲げるスポーツによる健康増進等に係る目標に関連し、健康増進部局にも連名通知、等</li> </ul> </li> <li>○ 労働部局と連携した情報発信 <ul style="list-style-type: none"> <li>・職場での身体活動への取組事例の収集と情報共有</li> </ul> </li> </ul> <p><b>【自治体が活用する普及啓発資材の作成と周知】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」の作成と周知（<b>運動指導者、保健指導者、政策立案者向け</b>）</li> <li>○ アクティブガイドの作成と周知（<b>一般国民向け</b>）</li> <li>○ 「標準的な健診・保健指導プログラム」の周知と活用推進（<b>保健指導者向け</b>）</li> <li>○ e-健康づくりネット：健康づくり支援担当者向け資材の作成・提供（<b>自治体、職域向け</b>）</li> </ul> <p><b>【環境整備の推進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくりの推進（<b>国交省との連携</b>） <ul style="list-style-type: none"> <li>・自治体でのまちづくり部門との連携を後押し（連名通知等）</li> </ul> </li> <li>○ 運動施設の充実（より質の高い施設の増加） <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康増進施設制度の整備・普及（申請簡素化・オンライン化等含む）</li> <li>・フィットネス産業と連携した健康増進施設認定制度の紹介（<b>経産省との連携</b>）</li> </ul> </li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用促進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ウェアラブルデバイス等のICTの活用促進</li> </ul> <p><b>【調査・研究の推進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 厚生労働科学研究による知見の収集等</li> </ul> |
| <b>第六 食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他生活習慣に関する正しい知識の普及に関する事項</b> <p>健康増進には、国民の意識と行動の変容が重要であることから、国民の主体的な取組を支援するため、国民に対する十分かつ的確な情報提供が必要である。（中略）</p> <p>国は、地方公共団体、企業、民間団体等が参画するプラットフォームも活用し、正しい知識の普及啓発に努める。地方公共団体は、地域の実情に応じた取組を行う。</p>          | <p><b>【取組のポイント】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保険者・産業保健・他部門との連携</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

# 健康日本21（第三次）推進の方向性（休養・睡眠領域）（イメージ）更新

| 項目（告示）                                                                                                                                                                                                                                  | 地域における取組とそのポイント                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 国の取組                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>第二 国民の健康の増進の目標に関する事項</b> <p>○個人の行動と健康状態の改善</p> <p>（一）生活習慣の改善</p> <p>（二）生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防</p> <p>（三）生活機能の維持・向上</p> <p>○社会環境の質の向上</p> <p>（一）社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上</p> <p>（二）自然に健康になれる環境づくり</p> <p>（三）誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備</p> | <p><b>【普及啓発・情報発信】</b></p> <p>適切な休養・睡眠をとることの啓発、より質の高い睡眠を得るための生活習慣や睡眠環境の整備等</p> <p><b>一般国民向け</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イベント、ウェブサイトでの情報発信</li> <li>・ポスター、リーフレットの配布</li> </ul> <p><b>働き世代・企業へのアプローチ（職域との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・企業の取組（健康経営）の推進</li> <li>・仮眠等を取り入れている企業の紹介</li> </ul> <p><b>若い世代へのアプローチ（教育部門や職域との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームやスマホ等が悪影響を与えることの注意喚起</li> <li>・カフェインを多く含む飲料への注意喚起等</li> <li>・食生活と睡眠の関連についての周知</li> </ul> <p><b>妊娠・子育て期の女性へのアプローチ（子育て部門との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中は睡眠不足になりやすいことの周知</li> <li>・子育て期の睡眠確保の重要性啓発</li> </ul> <p><b>高齢者へのアプローチ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・床上時間短縮のため日中の活動量増加の取組紹介</li> <li>・睡眠障害への対応の周知</li> </ul> <p><b>【健康教育・保健指導】</b></p> <p>「健康づくりのための睡眠ガイド2023」等を用いた生活指導</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○健診で睡眠の質に問題がある者への生活指導（保険者・職域との連携）</li> <li>※標準的な質問票の質問項目「睡眠で休養が十分とれている」に対する回答の活用等</li> <li>○産業医へ睡眠の重要性に関する情報の周知（職域との連携）</li> </ul> <p><b>【環境整備】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○夜間騒音と不眠との関係の周知</li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用】</b></p> | <p><b>【国レベルでの普及啓発・情報発信】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○SLPを介した周知（職域、一般国民向け） <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康増進普及月間</li> <li>・サイト内のコンテンツ充実等</li> </ul> </li> <li>○SLP等を介した好事例の収集・共有（自治体、職域向け）</li> <li>○e-ヘルスネットを通じた普及啓発（一般国民向け）</li> </ul> <p><b>【自治体が活用する普及啓発資材の作成と周知】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○「健康づくりのための睡眠ガイド2023」の作成と周知（保健指導者、政策立案者向け）</li> <li>○Good Sleepガイドの作成と周知（一般国民向け）</li> <li>○「標準的な健診・保健指導プログラム」の周知と活用推進（保健指導者向け）</li> <li>○e-健康づくりネット：健康づくり支援担当者向け資材の作成・提供（自治体、職域向け）</li> </ul> <p><b>【環境整備の推進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○長時間労働の抑制及び勤務間インターバル制度の普及促進（生活時間・睡眠時間の確保）（労働部局との連携）</li> <li>○睡眠時無呼吸症候群や交替制勤務における対応についての情報提供、企業の取組の参考となる情報の発信（一般国民、職域向け）</li> <li>○睡眠障害を疑う国民が病院受診をしやすい情報提供（一般国民、職域向け）</li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用促進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ウェアラブルデバイス等のICTの活用促進</li> </ul> <p><b>【調査・研究の推進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○厚生労働科学研究による知見の収集等</li> </ul> |
| <b>第六 食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他生活習慣に関する正しい知識の普及に関する事項</b> <p>健康増進には、国民の意識と行動の変容が重要であることから、国民の主体的な取組を支援するため、国民に対する十分かつ確かな情報提供が必要である。（中略）</p> <p>国は、地方公共団体、企業、民間団体等が参画するプラットフォームも活用し、正しい知識の普及啓発に努める。地方公共団体は、地域の実情に応じた取組を行う。</p>          | <p><b>【取組のポイント】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・保険者・産業保健・他部門との連携</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

# 健康日本21（第三次）推進の方向性（飲酒領域）（イメージ）

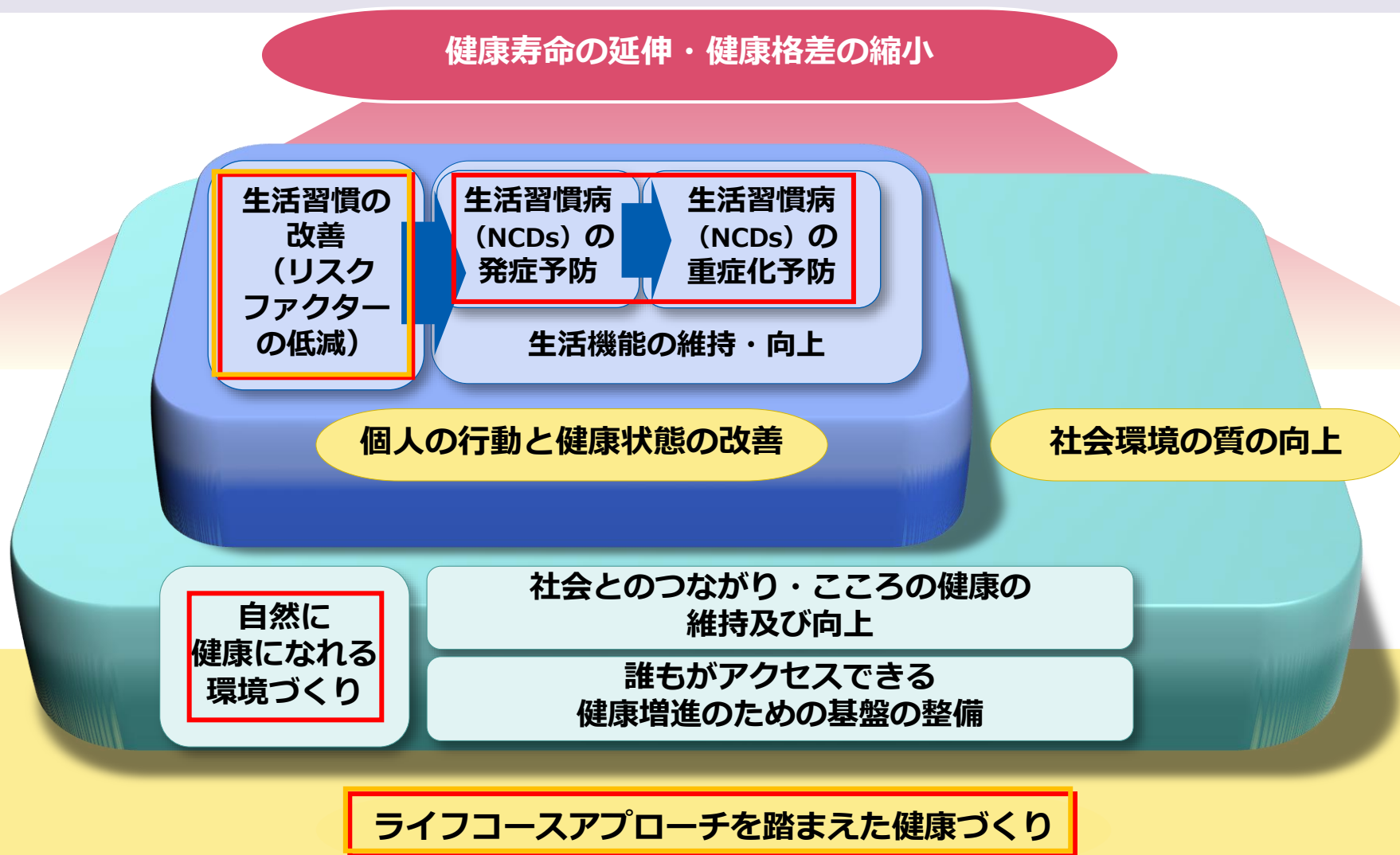
| 項目（告示）                                                                                                                                                                                                                                  | 地域における取組とそのポイント                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 国の取組                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>第二 国民の健康の増進の目標に関する事項</b> <p>○個人の行動と健康状態の改善</p> <p>（一）生活習慣の改善</p> <p>（二）生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防</p> <p>（三）生活機能の維持・向上</p> <p>○社会環境の質の向上</p> <p>（一）社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上</p> <p>（二）自然に健康になれる環境づくり</p> <p>（三）誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備</p> | <p><b>【普及啓発・情報発信】</b></p> <p><u>生活習慣病のリスクを高める飲酒量や飲酒による健康への影響に関する知識の情報提供等</u></p> <p><b>一般国民向け</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イベント、ウェブサイトでの情報発信</li> <li>・ポスター、リーフレット配布</li> </ul> <p><b>働き世代・企業へのアプローチ（職域との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・企業内での情報発信</li> </ul> <p><b>若い世代へのアプローチ（教育部門との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・教育委員会等と協力し、学校教育等の推進</li> <li>・「20歳未満飲酒防止強調月間」を通じた普及活動</li> <li>・20歳代の若年者に向けた情報発信</li> </ul> <p><b>高齢者へのアプローチ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・年齢の違いによる影響について情報発信</li> </ul> <p><b>女性へのアプローチ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・性別の違いによる影響について情報発信</li> </ul> <p><b>【健康教育・保健指導】</b></p> <p><u>「標準的な健診・保健指導プログラム」等を用いた生活指導</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 特定保健指導等の対象者への保健指導（飲酒頻度、飲酒量）（<b>保険者との連携</b>）</li> <li>○ 健康増進事業における健康教育や健康相談</li> <li>○ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者へのe-健康づくりネット支援ツールを活用した減酒支援（<b>保険者・職域との連携</b>）</li> <li>○ 問題飲酒者へ医療機関や精神保健福祉センター等と連携した支援（<b>保険者・職域との連携</b>）</li> </ul> <p><b>【環境整備】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「アルコール健康障害対策推進基本計画（第2期）」に基づく計画作成、対策の実施</li> <li>○ 酒類への純アルコール量の表示（グラム表記）に関する普及啓発等（<b>職域との連携</b>）</li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 減酒アプリ等を活用した、飲酒量の記録</li> </ul> | <p><b>【国レベルでの普及啓発・情報発信】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SLPを介した周知（<b>職域、一般国民向け</b>）</li> <li>・ビンジドリンクに対する啓発</li> <li>○ SLP等を介した好事例の収集・共有（<b>自治体、職域向け</b>）</li> <li>○ e-ヘルスネットを通じた普及啓発（<b>一般国民向け</b>）</li> <li>○ たばこ・アルコール対策担当者講習会の開催（<b>自治体向け</b>）</li> <li>○ 「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」のリーフレット等について普及推進（<b>一般国民向け</b>）</li> <li>○ 社会援護局障害保健福祉部と連携した情報発信</li> <li>・アルコール健康障害対策の取組についての普及啓発</li> <li>・アルコール関連問題啓発週間の周知</li> </ul> <p><b>【自治体が活用する普及啓発資材の作成と周知】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」の周知と活用（<b>一般国民向け</b>）</li> <li>○ 「標準的な健診・保健指導プログラム」の周知と活用推進（<b>保健指導者向け</b>）</li> <li>○ e-健康づくりネット：健康づくり支援担当者向け資材の作成・提供（<b>自治体、職域向け</b>）</li> </ul> <p><b>【環境整備の推進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「アルコール健康障害対策推進基本計画（第2期）」の推進（<b>関係省庁との連携</b>）</li> <li>○ 酒類への純アルコール量の表示の推進（<b>国税庁などとの連携</b>）</li> <li>○ 関係団体の活動支援（<b>関係団体との連携</b>）</li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 飲酒チェックツール等のICTの活用</li> </ul> <p><b>【調査・研究の推進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 生活習慣病のリスクを高める飲酒や女性の飲酒に関する知見の収集等</li> </ul> |
| <p><b>【取組のポイント】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 集団や個人の特性を加味したアプローチ</li> <li>・ 健康に関心の薄い層へのアプローチ（自然に健康になれる環境づくり含む）</li> <li>・ ICTの利活用</li> </ul>                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p><b>【取組のポイント】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保険者・産業保健・他部門との連携</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>第六 食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他生活習慣に関する正しい知識の普及に関する事項</b> <p>健康増進には、国民の意識と行動の変容が重要であることから、国民の主体的な取組を支援するため、国民に対する十分かつ的確な情報提供が必要である。（中略）</p> <p>国は、地方公共団体、企業、民間団体等が参画するプラットフォームも活用し、正しい知識の普及啓発に努める。地方公共団体は、地域の実情に応じた取組を行う。</p>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

# 健康日本21（第三次）推進の方向性（喫煙領域・COPD領域）（イメージ）

| 項目（告示）                                                                                                                                                                                                                                  | 地域における取組とそのポイント                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 国の取組                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>第二 国民の健康の増進の目標に関する事項</b> <p>○個人の行動と健康状態の改善</p> <p>（一）生活習慣の改善</p> <p>（二）生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防</p> <p>（三）生活機能の維持・向上</p> <p>○社会環境の質の向上</p> <p>（一）社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上</p> <p>（二）自然に健康になれる環境づくり</p> <p>（三）誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備</p> | <p><b>【普及啓発・情報発信】〔喫煙・COPD対策〕</b><br/> <b>喫煙による健康影響や禁煙支援に関する情報提供等</b><br/> <b>一般国民向け</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イベント、ウェブサイトでの情報発信</li> <li>・ポスター、リーフレット配布</li> <li>・たばこ相談員等の禁煙支援に携わる者が行う普及啓発活動の支援</li> </ul> <p><b>働き世代・企業へのアプローチ（職域との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・企業内での情報発信</li> </ul> <p><b>若い世代へのアプローチ（教育部門との連携）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学校保健担当者等を対象とした未成年者の喫煙防止の指導方法の講習会等の実施</li> </ul> <p><b>女性へのアプローチ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙と健康問題に関するチラシ・ポスター等（美容所等へ配布）の作成</li> </ul> <p><b>【健康教育・保健指導】〔喫煙・COPD対策〕</b><br/> <b>〔保健指導のための禁煙支援簡易マニュアル〕等を用いた禁煙指導</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 特定保健指導の対象者への保健指導（喫煙の有無など）（<b>保険者との連携</b>）</li> <li>○ 健診などの各種保健事業の場での短時間禁煙支援の実施（<b>保険者との連携</b>）</li> <li>○ 健康増進事業における健康教育や健康相談 <ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙に関する健康教育・健康相談</li> <li>・慢性閉塞性肺疾患（COPD）に関するリスクや正しい知識、問診票や簡易型を含むスパイロメーターを活用した肺年齢測定などの集団健康教育</li> </ul> </li> </ul> <p><b>【環境整備】〔地域における受動喫煙対策〕</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 飲食店・事業所等に対する、改正健康増進法の内容、受動喫煙による健康影響等についての周知啓発</li> <li>○ 法令・条例遵守状況モニタリング・指導</li> <li>○ 勤労者・住民の受動喫煙曝露状況や対策実施状況の評価</li> <li>○ 屋外分煙施設の整備</li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用】</b></p> | <p><b>【国レベルでの普及啓発・情報発信】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SLPを介した周知（<b>職域、一般国民向け</b>） <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界禁煙デー啓発</li> <li>・サイト内コンテンツ充実等</li> </ul> </li> <li>○ SLP等を介した好事例の収集・共有（<b>自治体、職域向け</b>）</li> <li>○ e-ヘルスネットを通じた普及啓発（<b>一般国民向け</b>）</li> <li>○ たばこ・アルコール対策担当者講習会の開催（<b>自治体向け</b>）</li> <li>○ COPDの普及啓発における、フレイルや併存症等の周知</li> </ul> <p><b>【自治体が活用する普及啓発資材の作成と周知】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「標準的な健診・保健指導プログラム」の周知と活用推進（<b>保健指導者向け</b>）</li> <li>○ 「禁煙支援マニュアル（第二版）増補改訂版」の改訂（<b>保健指導者向け</b>）</li> <li>○ 「保健指導のための禁煙支援簡易マニュアル」の活用促進</li> <li>○ 「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書」及び報告書の要点をまとめたリーフレットの周知</li> </ul> <p><b>【環境整備の推進】</b><br/> <b>〔喫煙対策〕</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ オンライン禁煙治療活用の推進</li> </ul> <p><b>〔受動喫煙対策〕</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 国民の受動喫煙の曝露状況や対策実施状況のモニタリング</li> <li>○ 改正健康増進法の内容、受動喫煙による健康影響等について、パンフレット資材の作成</li> </ul> <p><b>【関心が薄い層へのアプローチ/ICTの活用】</b></p> <p><b>【調査・研究の推進】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 加熱式たばこの受動喫煙による健康影響等の知見の収集</li> </ul> |
| <p><b>【取組のポイント】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 集団や個人の特性を加味したアプローチ</li> <li>・ 健康に関心の薄い層へのアプローチ（自然に健康になれる環境づくり含む）</li> <li>・ ICTの利活用</li> </ul>                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p><b>第六 食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他生活習慣に関する正しい知識の普及に関する事項</b></p> <p>健康増進には、国民の意識と行動の変容が重要であることから、国民の主体的な取組を支援するため、国民に対する十分かつ的確な情報提供が必要である。（中略）</p> <p>国は、地方公共団体、企業、民間団体等が参画するプラットフォームも活用し、正しい知識の普及啓発に努める。地方公共団体は、地域の実情に応じた取組を行う。</p>   | <p><b>【取組のポイント】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保険者・産業保健・他部門との連携</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## 【参考】健康日本21（第三次）の概念図

全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のために、以下に示す方向性で健康づくりを進める



# 【参考】健康日本21（第三次）の基本的な方向と領域・目標の概要

## 健康寿命の延伸・健康格差の縮小

健康寿命の延伸・健康格差の縮小

健康寿命、健康格差

## 個人の行動と健康状態の改善

|                            |         |                                           |
|----------------------------|---------|-------------------------------------------|
| 生活習慣の改善                    | 栄養・食生活  | 適正体重を維持している者、肥満傾向児、バランスの良い食事、野菜・果物・食塩の摂取量 |
|                            | 身体活動・運動 | 歩数、運動習慣者、こどもの運動・スポーツ                      |
|                            | 休養・睡眠   | 休養が取れている者、睡眠時間、週労働時間                      |
|                            | 飲酒      | 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者、20歳未満の飲酒           |
|                            | 喫煙      | 喫煙率、20歳未満の喫煙、妊婦の喫煙                        |
|                            | 歯・口腔の健康 | 歯周病、よく噛んで食べることができる者、歯科検診受診率               |
| 生活習慣病（NCDs）の<br>発症予防／重症化予防 | がん      | 年齢調整罹患率・死亡率、がん検診受診率                       |
|                            | 循環器病    | 年齢調整死亡率、高血圧、脂質高値、メタボ該当者・予備群、特定健診・特定保健指導   |
|                            | 糖尿病     | 合併症（腎症）、治療継続者、コントロール不良者、有病者数              |
|                            | COPD    | 死亡率                                       |
| 生活機能の維持・向上                 |         | ロコモティブシンドローム、骨粗鬆症検診受診率、心理的苦痛を感じている者       |

## 社会環境の質の向上

|                         |                                       |
|-------------------------|---------------------------------------|
| 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上  | 地域の人々とのつながり、社会活動、共食、メンタルヘルス対策に取り組む事業場 |
| 自然に健康になれる環境づくり          | 食環境イニシアチブ、歩きたくなるまちなかづくり、望まない受動喫煙      |
| 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備 | スマート・ライフ・プロジェクト、健康経営、特定給食施設、産業保健サービス  |

## ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

|                           |     |                                 |
|---------------------------|-----|---------------------------------|
| ライフコースアプローチを<br>踏まえた健康づくり | こども | こどもの運動・スポーツ、肥満傾向児、20歳未満の飲酒・喫煙   |
|                           | 高齢者 | 低栄養傾向の高齢者、ロコモティブシンドローム、高齢者の社会活動 |
|                           | 女性  | 若年女性やせ、骨粗鬆症検診受診率、女性の飲酒、妊婦の喫煙    |

# 【参考】健康日本21（第三次）の目標項目一覧

## 飲酒、喫煙・COPD領域の取組に関連する目標抜粋

| 目標                                                                            | 指標                                   | 目標値                          |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|
| <b>別表第二 個人の行動と健康状態の改善に関する目標</b>                                               |                                      |                              |
| 1 生活習慣の改善                                                                     |                                      |                              |
| (4) 飲酒                                                                        |                                      |                              |
| 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 | 10%<br>(令和14年度)              |
| ② 20歳未満の者の飲酒をなくす                                                              | 中学生・高校生の飲酒者の割合                       | 0% (令和14年度)                  |
| (5) 喫煙                                                                        |                                      |                              |
| 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                          | 12% (令和14年度)                 |
| ② 20歳未満の者の喫煙をなくす                                                              | 中学生・高校生の喫煙者の割合                       | 0% (令和14年度)                  |
| ③ 妊娠中の喫煙をなくす                                                                  | 妊婦の喫煙率                               | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定          |
| 2 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防                                                      |                                      |                              |
| COPDの死亡率の減少                                                                   | COPDの死亡率（人口10万人当たり）                  | 10 (令和14年度)                  |
| <b>別表第三 社会環境の質の向上に関する目標</b>                                                   |                                      |                              |
| 2 自然に健康になれる環境づくり                                                              |                                      |                              |
| 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       | 望まない受動喫煙のない社会の実現<br>(令和14年度) |
| <b>別表第四 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりに関する目標</b>                                       |                                      |                              |
| (1) こども                                                                       |                                      |                              |
| ③ 20歳未満の者の飲酒をなくす（再掲）                                                          | 中学生・高校生の飲酒者の割合                       | 0%<br>(令和14年度)               |
| ④ 20歳未満の者の喫煙をなくす（再掲）                                                          | 中学生・高校生の喫煙者の割合                       | 0%<br>(令和14年度)               |
| (3) 女性                                                                        |                                      |                              |
| 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<br>（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          | 6.4%<br>(令和14年度)             |
| ④ 妊娠中の喫煙をなくす（再掲）                                                              | 妊婦の喫煙率                               | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定          |

# 【参考】健康日本21（第三次）の目標項目一覧①

| 目標                                         | 指標                                                  | 目標値                                                             |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>別表第一 健康寿命の延伸と健康格差の縮小に関する目標</b>          |                                                     |                                                                 |
| ① 健康寿命の延伸                                  | 日常生活に制限のない期間の平均                                     | 平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加（令和14年度）                                     |
| ② 健康格差の縮小                                  | 日常生活に制限のない期間の平均の下位4分の1の都道府県の平均                      | 日常生活に制限のない期間の平均の上位4分の1の都道府県の平均の増加分を上回る下位4分の1の都道府県の平均の増加（令和14年度） |
| <b>別表第二 個人の行動と健康状態の改善に関する目標</b>            |                                                     |                                                                 |
| <b>1 生活習慣の改善</b>                           |                                                     |                                                                 |
| <b>（1） 栄養・食生活</b>                          |                                                     |                                                                 |
| ① 適正体重を維持している者の増加（肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少） | B M I 18.5以上25未満（65歳以上はB M I 20を超え25未満）の者の割合（年齢調整値） | 66%（令和14年度）                                                     |
| ② 児童・生徒における肥満傾向児の減少                        | 児童・生徒における肥満傾向児の割合                                   | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定                                             |
| 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                | 50%（令和14年度）                                                     |
| ④ 野菜摂取量の増加                                 | 野菜摂取量の平均値                                           | 350 g（令和14年度）                                                   |
| ⑤ 果物摂取量の改善                                 | 果物摂取量の平均値                                           | 200 g（令和14年度）                                                   |
| ⑥ 食塩摂取量の減少                                 | 食塩摂取量の平均値                                           | 7 g（令和14年度）                                                     |
| <b>（2） 身体活動・運動目標</b>                       |                                                     |                                                                 |
| 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）                                    | 7,100歩（令和14年度）                                                  |
| ② 運動習慣者の増加                                 | 運動習慣者の割合（年齢調整値）                                     | 40%（令和14年度）                                                     |
| ③ 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少                 | 1週間の総運動時間（体育授業を除く。）が60分未満の児童の割合                     | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定                                             |
| <b>（3） 休養・睡眠</b>                           |                                                     |                                                                 |
| 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）                              | 80%（令和14年度）                                                     |
| 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）            | 60%（令和14年度）                                                     |
| ③ 週労働時間60時間以上の雇用者の減少                       | 週労働時間40時間以上の雇用者のうち、週労働時間60時間以上の雇用者の割合               | 5%（令和7年）                                                        |
| <b>（4） 飲酒</b>                              |                                                     |                                                                 |
| ① 生活習慣病（N C D s）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40 g 以上、女性20 g 以上の者の割合            | 10%（令和14年度）                                                     |
| ② 20歳未満の者の飲酒をなくす                           | 中学生・高校生の飲酒者の割合                                      | 0%（令和14年度）                                                      |
| <b>（5） 喫煙</b>                              |                                                     |                                                                 |
| 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                                         | 12%（令和14年度）                                                     |
| ② 20歳未満の者の喫煙をなくす                           | 中学生・高校生の喫煙者の割合                                      | 0%（令和14年度） <b>11</b>                                            |
| ③ 妊娠中の喫煙をなくす                               | 妊婦の喫煙率                                              | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定                                             |

## 【参考】健康日本21（第三次）の目標項目一覧②

| 目標                              | 指標                                                  | 目標値                       |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------|
| <b>（６） 歯・口腔の健康</b>              |                                                     |                           |
| ① 歯周病を有する者の減少                   | 40歳以上における歯周炎を有する者の割合（年齢調整値）                         | 40%（令和14年度）               |
| 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(ソシャク)良好者の割合（年齢調整値）                      | 80%（令和14年度）               |
| ③ 歯科検診の受診者の増加                   | 過去１年間に歯科検診を受診した者の割合                                 | 95%（令和14年度）               |
| <b>２ 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防</b> |                                                     |                           |
| <b>（１） がん</b>                   |                                                     |                           |
| ① がんの年齢調整罹患率の減少                 | がんの年齢調整罹患率（人口10万人当たり）                               | 減少（令和10年度）                |
| ② がんの年齢調整死亡率の減少                 | がんの年齢調整死亡率（人口10万人当たり）                               | 減少（令和10年度）                |
| ③ がん検診の受診率の向上                   | がん検診の受診率                                            | 60%（令和10年度）               |
| <b>（２） 循環器病</b>                 |                                                     |                           |
| ① 脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の減少          | 脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率（人口10万人当たり）                        | 減少（令和10年度）                |
| 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）                 | ベースライン値から5mmHgの低下（令和14年度） |
| 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） | ベースライン値から25%の減少（令和14年度）   |
| ④ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少      | メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数（年齢調整値）                     | 第４期医療費適正化計画に合わせて設定        |
| ⑤ 特定健康診査の実施率の向上                 | 特定健康診査の実施率                                          | 第４期医療費適正化計画に合わせて設定        |
| ⑥ 特定保健指導の実施率の向上                 | 特定保健指導の実施率                                          | 第４期医療費適正化計画に合わせて設定        |
| <b>（３） 糖尿病</b>                  |                                                     |                           |
| ① 糖尿病の合併症（糖尿病腎症）の減少             | 糖尿病腎症の年間新規透析導入患者数                                   | 12,000人（令和14年度）           |
| ② 治療継続者の増加                      | 治療継続者の割合                                            | 75%（令和14年度）               |
| ③ 血糖コントロール不良者の減少                | HbA1c8.0%以上の者の割合                                    | 1.00%（令和14年度）             |
| ④ 糖尿病有病者の増加の抑制                  | 糖尿病有病者数（糖尿病が強く疑われる者）の推計値                            | 1,350万人（令和14年度）           |
| ⑤ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少（再掲）  | メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数（年齢調整値）                     | 第４期医療費適正化計画に合わせて設定        |
| ⑥ 特定健康診査の実施率の向上（再掲）             | 特定健康診査の実施率                                          | 第４期医療費適正化計画に合わせて設定        |
| ⑦ 特定保健指導の実施率の向上（再掲）             | 特定保健指導の実施率                                          | 第４期医療費適正化計画に合わせて設定        |
| <b>（４） COPD</b>                 |                                                     |                           |
| COPDの死亡率の減少                     | COPDの死亡率（人口10万人当たり）                                 | 10（令和14年度） 12             |

## 【参考】健康日本21（第三次）の目標項目一覧③

| 目標                                  | 指標                                           | 目標値                          |
|-------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------|
| <b>3 生活機能の維持・向上</b>                 |                                              |                              |
| ① ロコモティブシンドロームの減少                   | 足腰に痛みのある高齢者の人数（人口千人当たり）（65歳以上）               | 210人<br>（令和14年度）             |
| ② 骨粗鬆症検診受診率の向上                      | 骨粗鬆症検診受診率                                    | 15%<br>（令和14年度）              |
| ③ 心理的苦痛を感じている者の減少                   | K 6（こころの状態を評価する指標）の合計得点が10点以上の者の割合           | 9.40%<br>（令和14年度）            |
| <b>別表第三 社会環境の質の向上に関する目標</b>         |                                              |                              |
| <b>1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上</b>     |                                              |                              |
| ① 地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加             | 地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合                        | 45%<br>（令和14年度）              |
| 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               | ベースライン値から5%の増加<br>（令和14年度）   |
| ③ 地域等で共食している者の増加                    | 地域等で共食している者の割合                               | 30%<br>（令和14年度）              |
| ④ メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加              | メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合                         | 80%<br>（令和9年度）               |
| ⑤ 心のサポーター数の増加                       | 心のサポーター数                                     | 100万人<br>（令和15年度）            |
| <b>2 自然に健康になれる環境づくり</b>             |                                              |                              |
| ① 「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」の推進 | 「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」に登録されている都道府県数  | 47都道府県<br>（令和14年度）           |
| ② 「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくりに取り組む市町村数の増加 | 滞在快適性等向上区域（まちなかウォークアブル区域）を設定している市町村数         | 100市町村<br>（令和7年度）            |
| 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               | 望まない受動喫煙のない社会の実現<br>（令和14年度） |
| <b>3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備</b>    |                                              |                              |
| ① スマート・ライフ・プロジェクト活動企業・団体の増加         | スマート・ライフ・プロジェクトへ参画し活動している企業・団体数              | 1,500団体<br>（令和14年度）          |
| ② 健康経営の推進                           | 保険者とともに健康経営に取り組む企業数                          | 10万社<br>（令和7年度）              |
| ③ 利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設の増加         | 管理栄養士・栄養士を配置している施設（病院、介護老人保健施設、介護医療院を除く。）の割合 | 75%<br>（令和14年度）              |
| ④ 必要な産業保健サービスを提供している事業場の増加          | 各事業場において必要な産業保健サービスを提供している事業場の割合             | 80%<br>（令和9年度）               |

## 【参考】健康日本21（第三次）の目標項目一覧④

| 目標                                                                            | 指標                                          | 目標値                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>別表第四 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりに関する目標</b>                                       |                                             |                             |
| <b>（１）こども</b>                                                                 |                                             |                             |
| ① 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少（再掲）                                                | 1週間の総運動時間（体育授業を除く。）が60分未満の児童の割合             | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定         |
| ② 児童・生徒における肥満傾向児の減少（再掲）                                                       | 児童・生徒における肥満傾向児の割合                           | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定         |
| ③ 20歳未満の者の飲酒をなくす（再掲）                                                          | 中学生・高校生の飲酒者の割合                              | 0%<br>(令和14年度)              |
| ④ 20歳未満の者の喫煙をなくす（再掲）                                                          | 中学生・高校生の喫煙者の割合                              | 0%<br>(令和14年度)              |
| <b>（２）高齢者</b>                                                                 |                                             |                             |
| ① 低栄養傾向の高齢者の減少<br>(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲)                                     | B M I 20以下の高齢者（65歳以上）の割合                    | 13%<br>(令和14年度)             |
| ② ロコモティブシンドロームの減少（再掲）                                                         | 足腰に痛みのある高齢者の人数（人口千人当たり）（65歳以上）              | 210人<br>(令和14年度)            |
| ③ 社会活動を行っている高齢者の増加<br>(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<br>(65歳以上）の割合 | ベースライン値から10%の増加<br>(令和14年度) |
| <b>（３）女性</b>                                                                  |                                             |                             |
| ① 若年女性のやせの減少<br>(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲)                                       | B M I 18.5未満の20歳～30歳代女性の割合                  | 15%<br>(令和14年度)             |
| ② 骨粗鬆症検診受診率の向上（再掲）                                                            | 骨粗鬆症検診受診率                                   | 15%<br>(令和14年度)             |
| 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<br>(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20 g 以上の女性の割合               | 6.4%<br>(令和14年度)            |
| ④ 妊娠中の喫煙をなくす（再掲）                                                              | 妊婦の喫煙率                                      | 第2次成育医療等基本方針に合わせて設定         |