

目標	指標（データソース）	ベースライン値（案）	目標値	目標値の見直し（案）
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				
① 健康寿命の延伸	日常生活に制限のない期間の平均	健康寿命：男性72.57年 女性75.45年 平均寿命：男性81.05年 女性87.09年	平均寿命の増加分を上回る 健康寿命の増加	－
	（国民生活基礎調査・簡易生命表）	（令和４年度）	（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	下位4分の1：男性71.75年 女性74.77年 上位4分の1：男性73.27年 女性76.12年	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	－
	（国民生活基礎調査・簡易生命表）	（令和４年度）	（令和14年度）	－
別表第二 個人の行動と健康状態の改善に関する目標				
１ 生活習慣の改善				
（１） 栄養・食生活				
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） （国民健康・栄養調査）	62.2％ （令和６年度）	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 （学校保健統計調査）	10歳（小学5年生） 10.96％ （令和６年度）	第２次成育医療等基本方針に合わせて設定	減少 （令和７年度）
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 （国民健康・栄養調査）	52.8％ （令和６年度）	50％ （令和14年度）	70% （令和14年度）
④ 野菜摂取量の増加	野菜摂取量の平均値 （国民健康・栄養調査）	258.7 g （令和６年度）	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 （国民健康・栄養調査）	78.1 g （令和６年度）	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 （国民健康・栄養調査）	9.6 g （令和６年度）	7 g （令和14年度）	－ －
（２） 身体活動・運動目標				
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） （国民健康・栄養調査）	7,231歩 （令和６年度）	7,100歩 （令和14年度）	8,100歩（P） （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） （国民健康・栄養調査）	31.3％ （令和６年度）	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 （全国体力・運動能力、運動習慣等調査）	小学校５年生：女子 16.0％ （令和６年度）	第２次成育医療等基本方針に合わせて設定	小学校５年生：女子 7.2% （令和７年度）
（３） 休養・睡眠				
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） （国民健康・栄養調査）	78.5％ （令和６年度）	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） （国民健康・栄養調査）	56.9％ （令和６年度）	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 （労働力調査）	8.0％ （令和６年）	５％ （令和７年）	５％ （令和10年）
（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40 g 以上、女性20 g 以上の者の割合 （国民健康・栄養調査）	11.4％ （令和６年度）	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 （厚生労働科学研究による調査）	1.7％ （令和６年度）	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 （国民健康・栄養調査）	14.8％ （令和６年度）	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 （厚生労働科学研究による調査）	0.7％ （令和６年度）	0％ （令和14年度）	－ －
③ 妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率 （母子保健課調査）	（年度末に公表予定） 参考：1.6％ （参考：令和５年度）	第２次成育医療等基本方針に合わせて設定	0% （令和７年度）
（６） 歯・口腔の健康				
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） （歯科疾患実態調査）	（１月中に公表予定） 参考：56.2％ （参考：平成28年度）	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良好者の割合（年齢調整値） （国民健康・栄養調査）	81.3％ （令和６年度）	80％ （令和14年度）	歯科保健課で検討中 （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 （歯科疾患実態調査）	（１月中に公表予定） 参考：58.0％ （参考：令和４年度）	95％ （令和14年度）	－ －

目標	指標（データソース）	ベースライン値（案）	目標値	目標値の見直し（案）
2 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防				
（１） がん				
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）  （全国がん登録）	379  （令和３年）	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）  （国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」）	106.4  （令和６年）	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 ※肺がん、大腸がんは過去1年間、胃がん、子宮頸がん、乳がんは過去2年間が対象          （国民生活基礎調査）	胃がん（男性）53.7％ 胃がん（女性）43.5％ 肺がん（男性）53.2％ 肺がん（女性）46.4％ 大腸がん（男性）49.1％ 大腸がん（女性）42.8％ 子宮頸がん43.6％ 乳がん47.4％    （令和４年）	60％          （令和10年度）	－          －
（２） 循環器病				
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）  （人口動態統計）	男性：282.7  （令和６年）	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）  （国民健康・栄養調査）	127.3mmHg  （令和６年度）	ベースライン値から5mmHgの低下  （令和14年度）	122mmHg  （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）  （国民健康・栄養調査）	8.5％  （令和６年度）	ベースライン値から25％の減少  （令和14年度）	6.40%  （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）  （特定健康診査・特定保健指導の実施状況）	1,606万人  （令和５年度）	第４期医療費適正化計画に合わせて設定	1,100万人  （令和11年度）
⑤ 特定健康診査の実施率の向上	特定健康診査の実施率  （特定健康診査・特定保健指導の実施状況）	59.9％  （令和５年度）	第４期医療費適正化計画に合わせて設定	70％  （令和11年度）
⑥ 特定保健指導の実施率の向上	特定保健指導の実施率  （特定健康診査・特定保健指導の実施状況）	27.6％  （令和５年度）	第４期医療費適正化計画に合わせて設定	45％  （令和11年度）
（３） 糖尿病				
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  （日本透析学会「わが国の慢性透析療法の現状」）	（１月頃に公表予定） 参考：13,844人  （参考：令和５年度）	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  （国民健康・栄養調査）	67.4％  （令和６年度）	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  （NDBオープンデータ）	1.30％  （令和４年度）	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  （国民健康・栄養調査）	約1,100万人  （令和６年度）	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）  （特定健康診査・特定保健指導の実施状況）	1,606万人  （令和５年度）	第４期医療費適正化計画に合わせて設定	1,100万人  （令和11年度）
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  （特定健康診査・特定保健指導の実施状況）	59.9％  （令和５年度）	第４期医療費適正化計画に合わせて設定	70％  （令和11年度）
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  （特定健康診査・特定保健指導の実施状況）	27.6％  （令和５年度）	第４期医療費適正化計画に合わせて設定	45％  （令和11年度）
（４） COPD				
COPDの死亡率の減少	COPDの死亡率（人口10万人当たり）  （人口動態統計）	13.8  （令和６年）	10  （令和14年度）	－  －
3 生活機能の維持・向上				
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）  （国民生活基礎調査）	229人  （令和４年度）	210人  （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  （日本骨粗鬆症財団報告）	（来春に公表予定） 参考：5.7％  （参考：令和５年度）	15％  （令和14年度）	－  －
③ 心理的苦痛を感じている者の減少	K6（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  （国民生活基礎調査）	9.9％  （令和４年度）	9.4％  （令和14年度）	－  －



目標	指標（データソース）	ベースライン値（案）	目標値	目標値の見直し（案）
別表第三 社会環境の質の向上に関する目標				
1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上				
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  （国民健康・栄養調査）	31.6％  （令和５年度）	45％  （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  （国民健康・栄養調査）	83.1％  （令和６年度）	ベースライン値から ５％の増加  （令和14年度）	90%  （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  （国民健康・栄養調査）	19.0％  （令和５年度）	30％  （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  （労働安全衛生調査）	63.2％  （令和６年）	80％  （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  （精神・障害保健課調査）	22,385人  （令和６年度）	100万人  （令和15年度）	－  －
2 自然に健康になれる環境づくり				
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  （イニシアチブ登録情報）	1 都道府県  （令和６年度）	47都道府県  （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  （国土交通省調査）	119市町村  （令和６年度）	100市町村  （令和７年度）	国交省で 計画見直し中
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  （国民健康・栄養調査）	26.7％  （令和６年度）	望まない受動喫煙のない 社会の実現  （令和14年度）	－  －
3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備				
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  （スマート・ライフ・プロジェクト登録情報）	1,233団体  （令和６年度）	1,500団体  （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  （日本健康会議）	120,743社  （令和６年度）	10万社  （令和７年度）	15万社  （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  （衛生行政報告例）	72.0％  （令和６年度）	75％  （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  （労働安全衛生調査）	89.8％  （令和６年）	80％  （令和９年度）	－  －
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				
（１） こども				
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  （全国体力・運動能力、運動習慣等調査）	小学校５年生：女子 16.0％  （令和６年度）	第２次成育医療等基本 方針に合わせて設定	小学校５年生：女子 7.2%  （令和７年度）
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  （学校保健統計調査）	10歳（小学５年生） 10.96％  （令和６年度）	第２次成育医療等基本 方針に合わせて設定	減少  （令和７年度）
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  （厚生労働科学研究による調査）	1.7％  （令和６年度）	0％  （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  （厚生労働科学研究による調査）	0.7％  （令和６年度）	0％  （令和14年度）	－  －
（２） 高齢者				
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）	B M I 20以下の高齢者（65歳以上）の割合  （国民健康・栄養調査）	19.5％  （令和６年度）	13％  （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）  （国民生活基礎調査）	229人  （令和４年度）	210人  （令和14年度）	－  －
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  （国民健康・栄養調査）	69.6％  （令和６年度）	ベースライン値から 10％の増加  （令和14年度）	80%  （令和14年度）
（３） 女性				
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）	B M I 18.5未満の20歳～30歳代女性の割合  （国民健康・栄養調査）	16.6％  （令和６年度）	15％  （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  （日本骨粗鬆症財団報告）	（来春に公表予定） 参考：5.7％  （参考：令和５年度）	15％  （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（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  （国民健康・栄養調査）	9.3％  （令和６年度）	6.4％  （令和14年度）	－  －
④ 妊娠中の喫煙をなくす（再掲）	妊婦の喫煙率  （母子保健課調査）	（年度末に公表予定） 参考：1.6％  （参考：令和５年度）	第２次成育医療等基本 方に合わせて設定	0%  （令和７年度）