

国の健康政策について知る

本資料に活用した資料（①の該当ページを編集・加工しています。）

1 健康日本21（第三次）推進専門委員会 資料

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35888.html

【資料2】健康日本21（第三次）の概要（PDF）

その他参考となる関連資料

1 健康日本21（第三次）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/kenkounippon21_00006.html

国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針

2 食育基本法・食育基本計画等

<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kannrenhoku.html>

食育基本法（令和8年5月27日最終改正）
第5次食育推進基本計画

我が国では、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸を目的として、国民の健康づくりを推進する政策が展開されています。その中心的な取り組みとして「健康日本21」が進められています。

国の健康づくり政策の概要

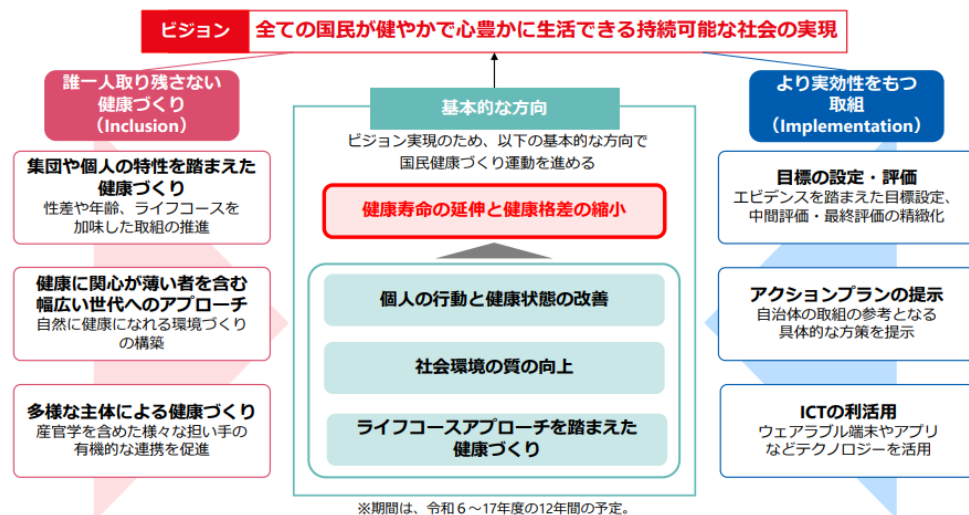
我が国における健康づくり運動

- 平均寿命が延びる一方で、高齢化や生活習慣の変化により、疾患構造が変化しています。
- 上記も踏まえ、国民の健康づくりを社会全体で進めることの重要性が増す中で、健康づくり対策を総合的・計画的に推進するため、累次の国民健康づくり運動を展開してきました。



健康日本21（第三次）の全体像

- 「健康日本21」は、日本国民の生活習慣改善と健康寿命延伸を目指す国の健康づくり運動です。第一次は2000年から始まり、2024年からは第三次が推進されています。
- 健康日本21（第三次）は「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」というビジョンのもと、①誰一人取り残さない健康づくりを展開する、②より実効性をもつ取組を推進するを行うこととしています。



健康日本21（第三次）では、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指し、食生活や生活習慣の改善に関する具体的な目標指標が設定されています。

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、子どもの運動・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飲を酒をしている者、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 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 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