

日医発第886号(健Ⅱ)

令和5年8月9日

都道府県医師会長 殿

日本医師会長

松本吉郎

(公印省略)

令和5年度食生活改善普及運動の実施について

平成25年度から開始している健康日本21(第二次)については、令和4年度に最終評価が行われ、栄養・食生活に掲げられている項目については、引き続きより実効性をもつ取組を推進していく必要性が示されました。また、令和6年度から開始する健康日本21(第三次)では、生活習慣の改善を含め、個人の行動と健康状態の改善を促す社会環境の質の向上の取組を進めることが示されております。

今般、別添のとおり、国民一人ひとりが食生活改善を図るきっかけとなることを狙いとして、9月1日(金)から9月30日(土)までの1か月間、本年度も引き続き「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマとした標記運動を全国一斉に展開することについて、厚生労働省より本会に対して協力依頼がありました。

食生活改善普及運動は、都道府県、市町村等が中心になって実施するものでありますが、貴会におかれましても本件についてご了知いただき、本運動の実施にあたりご協力いただきますとともに、貴会管下郡市区医師会等に対しましても、周知、協力方よろしくご高配のほどお願い申し上げます。

健 発 0804 第 4 号
令 和 5 年 8 月 4 日

公益社団法人 日本医師会 会長 殿

厚生労働省健康局長
(公 印 省 略)

令和5年度食生活改善普及運動の実施について

厚生労働省では、全ての国民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指し、平成25年度から健康日本21（第二次）を推進してきた。

健康日本21（第二次）最終評価の結果では、栄養・食生活の目標項目のうち、「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の増加」や「野菜と果物の摂取量の増加」は「悪化している」、「食塩摂取量の減少」については、「現時点で目標値に達していないが、改善傾向にある」と評価され、より実効性を持つ取組を推進していく必要性が示された。

健康日本21（第二次）最終評価において示された課題等を踏まえ、令和6年度から開始する健康日本21（第三次）では、生活習慣の改善を含め、個人の行動と健康状態の改善を促す社会環境の質の向上の取組を進めることが示されている。

こうした健康づくりの動向を踏まえ、国民一人一人が食生活改善を図るきっかけとなることを狙いとして、別添の要綱に基づき、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに本運動を全国一斉に展開することとした。

貴団体におかれても、それぞれの地域の特性を勘案の上、取組を積極的に実施いただくことで、効果的な運動の推進が図られるよう特段の御配慮を願いたい。

令和5年度食生活改善普及運動実施要綱

1 名称

令和5年度食生活改善普及運動

2 趣旨

平成25年度から推進してきた健康日本21（第二次）の最終評価の結果では、栄養・食生活の目標に掲げられている項目のうち、「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の増加」、「野菜と果物の摂取量の増加」は「悪化している」、「食塩摂取量の減少」は、「現時点で目標に達していないが、改善傾向にある」と評価された。また、「適正体重を維持している者の増加」については、「20歳～60歳代男性の肥満者の割合」は「悪化している」、「20歳代女性のやせの者の割合」は「変わらない」と評価され、より実効性を持つ取組を推進していく必要が示された。こうした課題の改善には、主食・主菜・副菜を上手に組み合わせながら、多様な食品を摂取していくことが重要であり、バランスのよい食事を摂ることは全ライフステージを通じて重視されている。

こうしたことを踏まえ、健康日本21（第三次）では、健康日本21（第二次）で目標値に到達していなかった目標について、引き続き取り組むこととしており、本年度も引き続き、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマとし、食生活改善に向けた取組について更に強化するため、令和5年9月1日（金）から30日（土）までの1か月間、全国的に本運動を展開する。

なお、取組を実施するに当たっては、地域診断結果に基づき、取組の対象者・手法等を検討し、効率的かつ効果的なアプローチが行われるよう工夫すること。

3 実施機関等

厚生労働省、食生活改善普及運動の趣旨に賛同する都道府県、市町村、特別区、関係団体等

4 実施期間

令和5年9月1日（金）～30日（土）

5 重点活動の目標

健康日本21（第二次）における栄養・食生活の目標に定められている、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の増加、野菜と果物の摂取量の増加、食塩摂取量の減少に加え、牛乳・乳製品の摂取習慣の定着に焦点を当てた運動を重点的に展開する。

6 実施方法

(1) 厚生労働省

厚生労働省は、スマート・ライフ・プロジェクト[※]のスローガンである「健康寿命をのばそう」の下、重点活動の目標に関する効果的な運動が全国的に展開できるよう、幅広い企業・団体等が主体となり、関係機関・団体等との連携を促すため、本運動に関する周知を幅広く行う。また、リーフレットやPOP等の普及啓発用素材（「バランスのよい食事」、「毎日プラス1皿の野菜」、「おいしく減塩1日マイナス2g」、「毎日のくらし with ミルク」等）を作成、配布することで運動を推進する。なお、普及啓発用素材は、スマート・ライフ・プロジェクトのウェブサイトに掲載し、自由にダウンロードして活用いただけるようにする。

※スマート・ライフ・プロジェクトについては、専用ホームページを開設しているので参照されたい。（<http://www.smartlife.go.jp/>）

(2) 都道府県、市町村及び特別区

本運動の趣旨に賛同する都道府県、市町村及び特別区は、関係部局や関係団体、小売店及び飲食店、管理栄養士・栄養士養成施設、調理師養成施設等との連携を密にする等、地域住民や学生を巻き込んだ効果的な運動を展開し、上記の普及啓発用素材等を用いた取組状況を把握する。また、同時期に実施する健康増進普及月間と連携し、総合的な推進を図る。