

第1回 健康日本21（第三次）推進専門委員会

令和5年10月20日

資料2

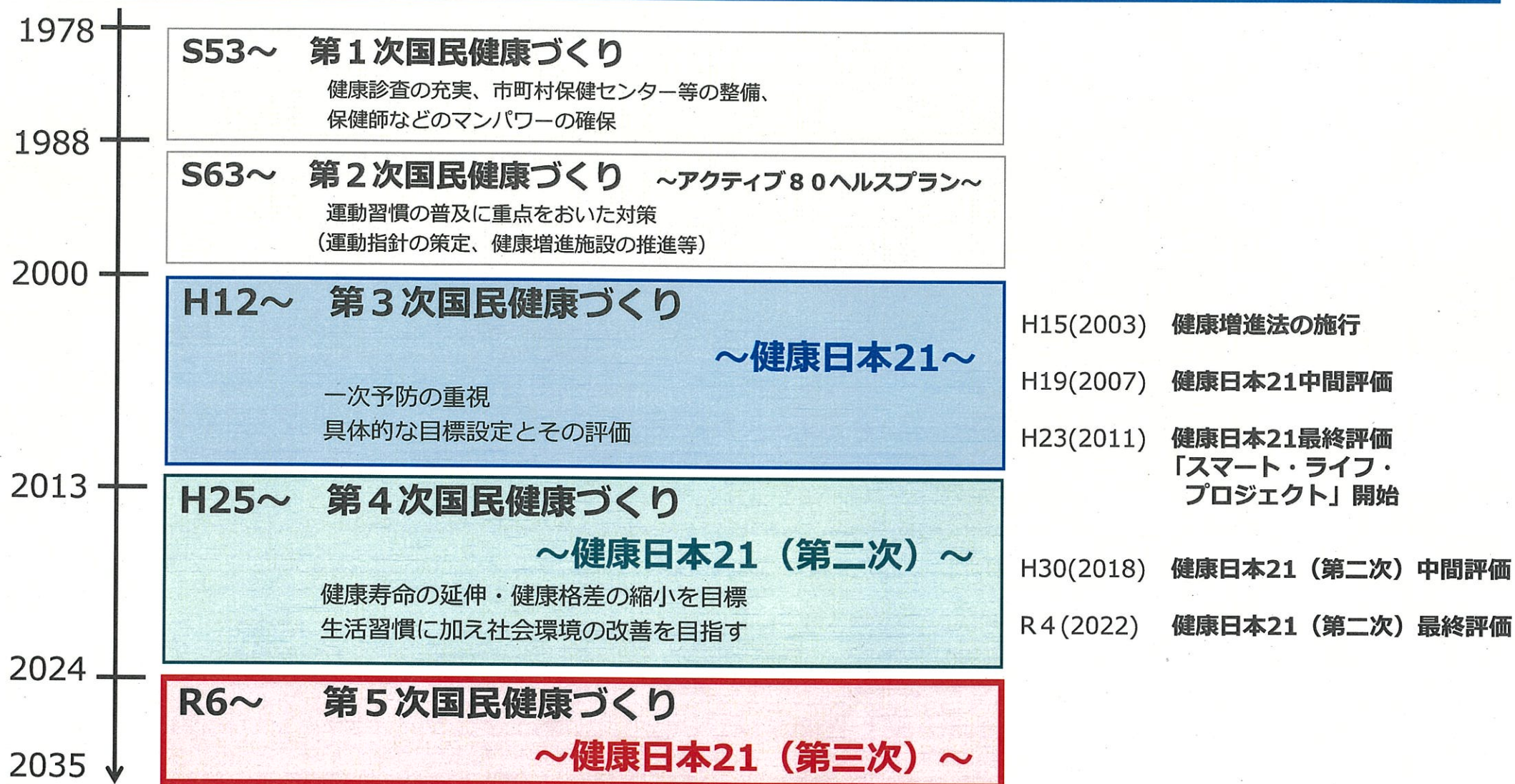
健康日本21（第三次）の概要

厚生労働省健康・生活衛生局健康課

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

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きた。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た。



健康日本21（第三次）の全体像

- 人生100年時代を迎え、社会が多様化する中で、各人の健康課題も多様化しており、「**誰一人取り残さない健康づくり**」を推進する。また、健康寿命は着実に延伸してきたが、一部の指標が悪化しているなど、さらに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必要がある。このため、「**より実効性をもつ取組の推進**」に重点を置く。

ビジョン 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

誰一人取り残さない健康づくり (Inclusion)

集団や個人の特性を踏まえた健康づくり

性差や年齢、ライフコースを加味した取組の推進

健康に関心が薄い者を含む幅広い世代へのアプローチ
自然に健康になれる環境づくりの構築

多様な主体による健康づくり
産官学を含めた様々な担い手の有機的な連携を促進

基本的な方向

ビジョン実現のため、以下の基本的な方向で国民健康づくり運動を進める

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

個人の行動と健康状態の改善

社会環境の質の向上

ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

より実効性をもつ取組 (Implementation)

目標の設定・評価

エビデンスを踏まえた目標設定、中間評価・最終評価の精緻化

アクションプランの提示

自治体の取組の参考となる具体的な方策を提示

ICTの利活用

ウェアラブル端末やアプリなどテクノロジーを活用

※期間は、令和6～17年度の12年間の予定。

健康日本21（第三次）の新たな視点

○ 「誰一人取り残さない健康づくり」や「より実効性をもつ取組の推進」に取り組むため、以下の新しい視点を取り入れる。

①**女性の健康**については、これまで目だしされておらず、性差に着目した取組が少ない



女性の健康を明記

「女性の健康」を新規に項目立て、女性の健康週間についても明記
骨粗鬆症検診受診率を新たに目標に設定

②**健康に関心の薄い者**など幅広い世代に対して、生活習慣を改めることができるようなアプローチが必要



自然に健康になれる環境づくり

健康に関心の薄い人を含め、本人が無理なく健康な行動をとれるような環境づくりを推進

③行政だけでなく、**多様な主体**を巻き込んだ健康づくりの取組をさらに進める必要



他計画や施策との連携も含む目標設定

健康経営、産業保健、食環境イニシアチブに関する目標を追加、自治体での取組との連携を図る

④目標や施策の概要については記載があるが、**具体的にどのように現場で取組を行えばよいか**が示されていない



アクションプランの提示

自治体による周知広報や保健指導など介入を行う際の留意すべき事項や好事例集を各分野で作成、周知
(栄養・食生活、身体活動・運動、睡眠、喫煙など)

⑤PHRなど**ICTを利活用する取組**は一定程度進めてきたが、さらなる推進が必要



個人の健康情報の見える化・利活用について記載を具体化

ウェアラブル端末やアプリの利活用、自治体と民間事業者（アプリ業者など）間での連携による健康づくりについて明記

【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
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	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)
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)	BMI 18.5以上25未満(65歳以上はBMI 20を超え25未満)の者の割合(年齢調整値)	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)
(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)	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
(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)	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)
(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% (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

【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
(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）	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）
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）	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）
(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）	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
(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	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
(4) COPD		
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）

【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
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）	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	15% （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% （令和14年度）
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	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	ベースライン値から5%の増加 （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% （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% （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 （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	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	100市町村 （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 （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	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	10万社 （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	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	80% （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
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	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% (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% (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)	BMI 20以下の高齢者（65歳以上）の割合	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）	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	ベースライン値から10%の増加 (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)	BMI 18.5未満の20歳～30歳代女性の割合	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	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	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	第2次成育医療等基本方針に合わせて設定

運動期間中のスケジュール

計画期間

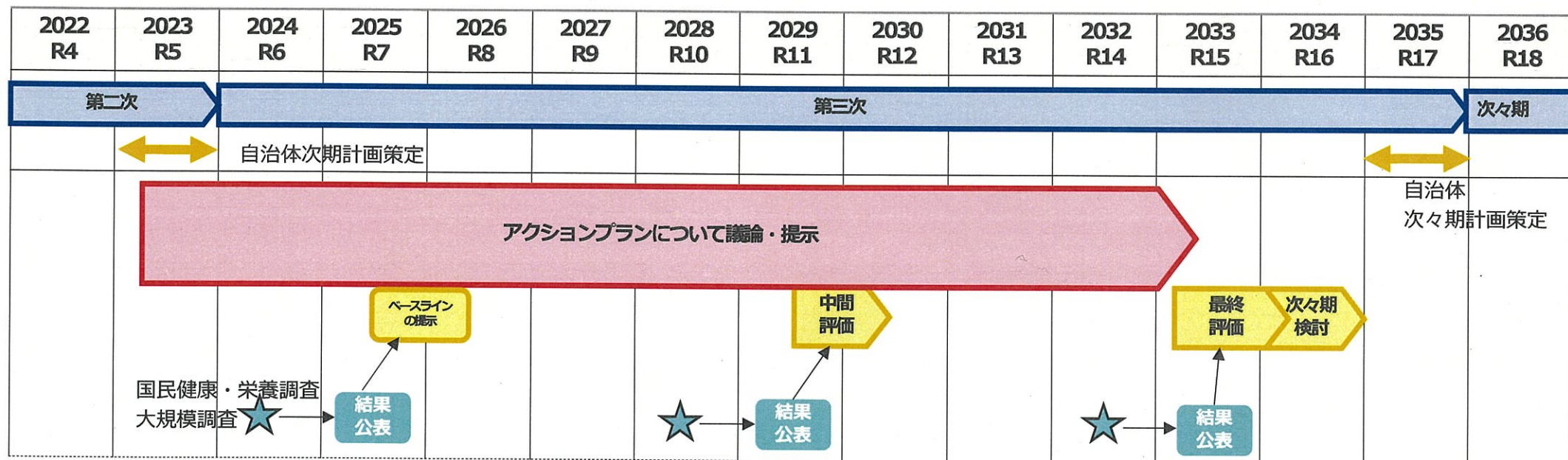
- 関連する計画（医療計画、医療費適正化計画、介護保険事業（支援）計画等）と計画期間をあわせること、各種取組の健康増進への効果を短期間で測ることは難しく、評価を行うには一定の期間を要すること等を踏まえ、令和6～17年度までの12年間とする。

目標の評価

- 全ての目標について、計画開始後6年（令和11年）を目途に中間評価を行うとともに、計画開始後10年（令和15年）を目途に最終評価を行う
→評価・分析に応じて、基本方針も必要に応じて更新、PDCAサイクルを通じて、より効果的な健康づくりを行う。

アクションプラン

- 令和5年度以降、アクションプランについて、健康日本21（第三次）推進専門委員会で検討し、自治体等に示していく。



計画の目的

【理念】

生活習慣病の予防とともに、身体やこころの健康の維持及び向上を図ることで、誰もが生涯にわたり健やかで心豊かに暮らすことができる持続可能な社会を目指す

【目的】

理念の実現に向けて、都民一人ひとりの主体的な取組とともに、社会全体で支援し、誰一人取り残さない健康づくりを推進

計画の位置づけと計画期間

【位置付け】

健康増進法第8条の規定に基づく、「都道府県健康増進計画」

【対象期間】

令和6年度（2024年度）から令和17年度（2035年度）までの12年間
※計画開始後7年（令和12年）を目途に中間評価

プラン 2 1（第二次）の最終評価

総合目標

「健康寿命の延伸」は男女ともに改善、「健康格差の縮小」は男女ともに不変

【健康寿命の延伸】 A（改善）

※健康寿命…健康上の理由で、日常生活が制限されことなく生活できる期間

《男性》 〈平成22年〉82.02歳 ➡ 〈令和2年〉83.09歳

《女性》 〈平成22年〉85.14歳 ➡ 〈令和2年〉86.21歳

【健康格差の縮小】 B（不変）

※健康格差…区市町村別の健康寿命の最大値と最小値の差

《男性》 〈平成22年〉2.51年 ➡ 〈令和2年〉2.55年

《女性》 〈平成22年〉1.98年 ➡ 〈令和2年〉2.16年

分野別目標

指標43項目中、a(改善)は19、b(不変)は8、c(悪化)は16

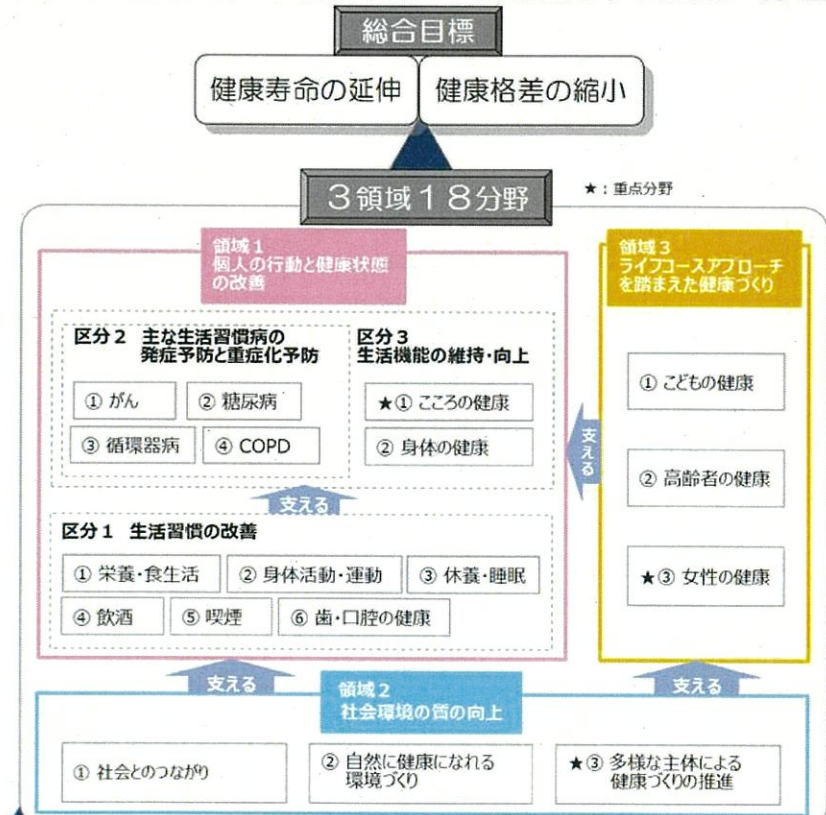
a(改善)・がんによる75歳未満年齢調整死亡率は減少
・20歳以上の喫煙率は男女、総数とも減少 等

b(不変)・歩数が8,000歩/日以上(20～64歳)の割合は横ばい 等

c(悪化)・睡眠時間が十分、あるいはほぼ足りている人の割合は減少
・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合は増加 等

プラン 2 1（第三次）の方向性

○ 国の健康日本21（第三次）等を踏まえ、都民一人ひとりの主体的な取組とともに、社会全体で支援し、誰一人取り残さない健康づくりを推進



東京都健康推進プラン21（第三次）

計画の内容

第1章 プラン21（第三次）の策定に当たって

第1節 基本的事項

- 1 理念
- 2 目的
- 3 位置づけ
- 4 対象期間
- 5 他計画との関連

第2節 策定の背景

- 1 国の健康づくり対策
- 2 都の健康づくり対策

第2章 プラン21（第二次）の最終評価

第1節 最終評価の目的

第2節 最終評価の方法

第3節 最終評価の結果

第3章 都民の健康をめぐる状況

第1節 人口動態・健康寿命

第2節 生活習慣やこころの健康等

第3節 医療と介護

第4節 職場と地域

第4章 プラン21（第三次）の目指すもの

第1節 基本的な考え方

- 1 どこに住んでいても、生涯にわたり健やかに暮らせる持続可能な社会の実現
- 2 誰一人取り残さない健康づくりに向けた都民の取組を支える環境整備
- 3 目標達成に向けた取組の推進と進行管理

第2節 目標

- 1 総合目標
- 2 領域と分野
- 3 重点分野
- 4 分野別目標
- 5 指標

第3節 都民及び推進主体の役割

第4節 都の役割と取組

第5節 進行管理・評価

第5章 総合目標及び各分野の目標と取組

第1節 総合目標 第2節 個人の行動と健康状態の改善【領域1】

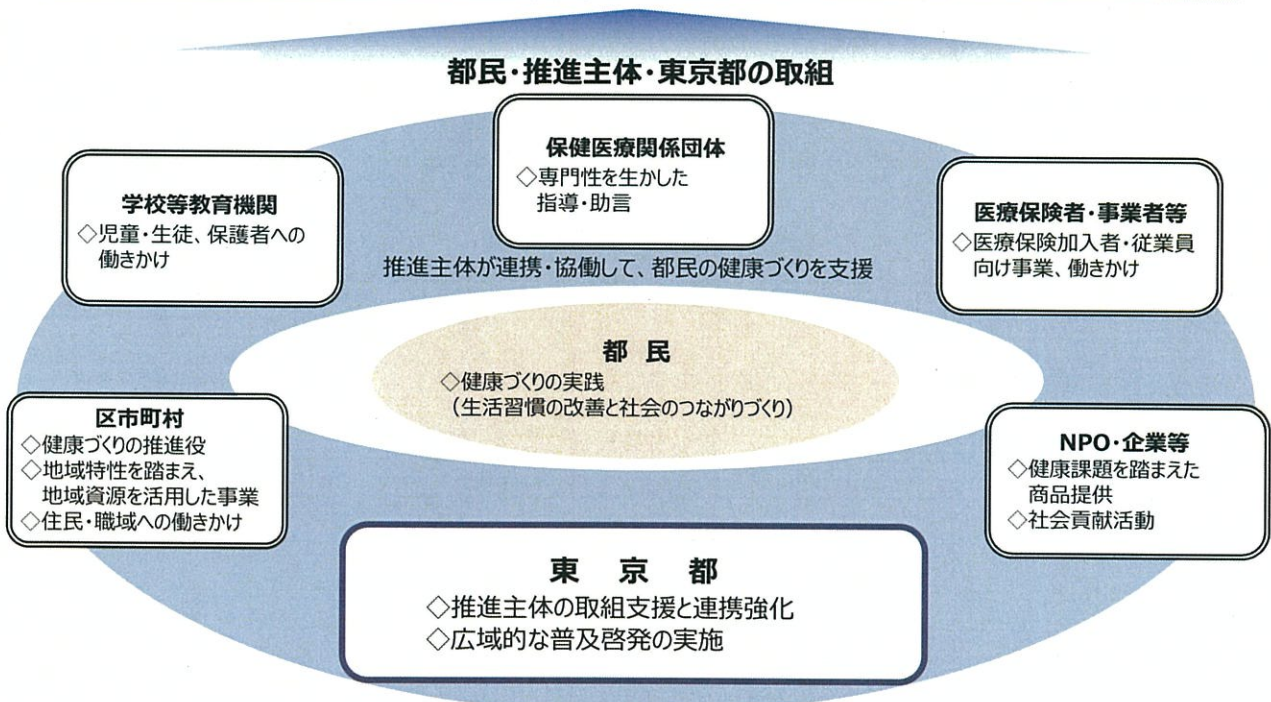
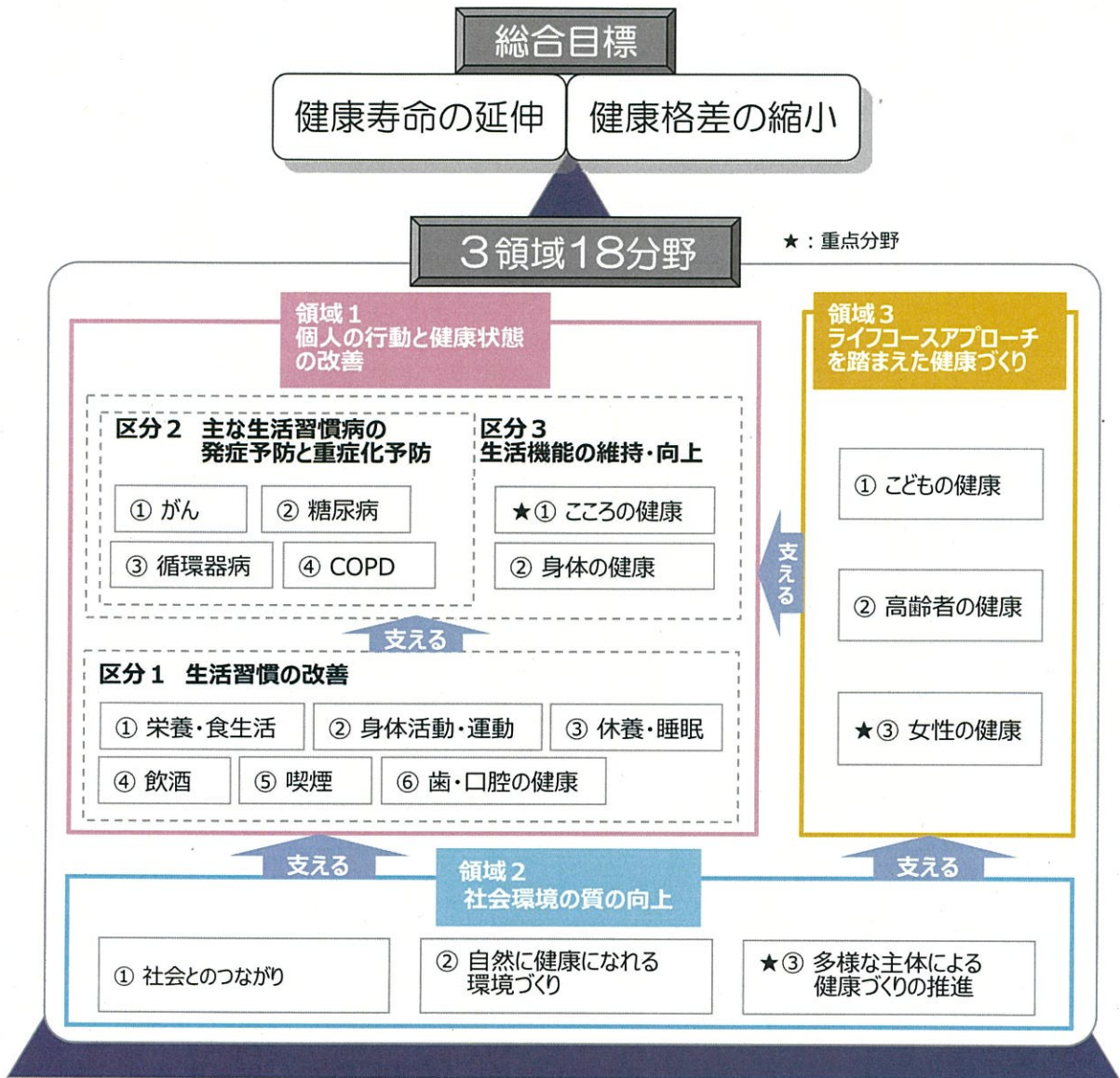
第3節 社会環境の質の向上【領域2】

第4節 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり【領域3】

分野別目標一覧

分野（★：重点分野）	分野別目標
領域1 個人の行動と健康状態の改善	
区分1 生活習慣の改善	
①栄養・食生活	適切な量と質の食事をとる人を増やす
②身体活動・運動	日常生活における身体活動量（歩数）を増やす
③休養・睡眠	より良い睡眠がとれている人の割合を増やす
④飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合を減らす
⑤喫煙	20歳以上の者の喫煙率を下げる
⑥歯・口腔の健康	8020を達成した者の割合を増やす
区分2 主な生活習慣病の発症予防と重症化予防	
①がん	がんの75歳未満年齢調整死亡率を下げる
②糖尿病	糖尿病による合併症を発症する人の割合を減らす
③循環器病	脳血管疾患及び心疾患の年齢調整死亡率を下げる
④COPD	COPD（慢性閉塞性肺疾患）の死亡率を下げる
区分3 生活機能の維持・向上	
①こころの健康 ★	うつ傾向や不安の強い人の割合を減らす
②身体 の健康	社会生活を営むために必要な機能を維持する
領域2 社会環境の質の向上	
①社会とのつながり	社会とのつながりを醸成する
②自然に健康になれる環境づくり	無理なく自然に健康な行動を取ることができる環境を整備する
③多様な主体による健康づくりの推進★	多様な主体が健康づくりを推進する
領域3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	
①こどもの健康	健康的な生活習慣を身に付けているこどもの割合を増やす
②高齢者の健康	元気でいきいきと暮らす高齢者の割合を増やす
③女性の健康 ★	ライフステージに応じた健康づくりを実践している女性の割合を増やす

＜東京都健康推進プラン21（第三次）概念図＞



第3章 プラン21（第二次）の目指すもの

<東京都健康推進プラン21（第二次）概念図>



国の食育推進基本計画 推移

	食育基本計画	第2次食育推進基本計画
重点課題 (第4次 重点事 項)		1 生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進 2 生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進 3 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進
計画期間	平成18年度から平成22年度まで	平成23年度から平成27年度まで
基本的な 取組方針	(1)国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成 (2)食に関する感謝の念と理解 (3)食育推進運動の展開 (4)子供の食育における保護者、教育関係者の役割 (5)食に関する体験活動と食育推進活動の実践 (6)伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び 農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献 (7)食品の安全性の確保等における食育の役割	(1)国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成 (2)食に関する感謝の念と理解 (3)食育推進運動の展開 (4)子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割 (5)食に関する体験活動と食育推進活動の実践 (6)我が国の伝統的な食文化、環境と調和した生産等への 配慮及び農山 漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献 (7)食品の安全性の確保等における食育の役割
目標	①食育に関心を持っている国民の割合の増加 ②朝食を欠食する国民の割合の減少 ③学校給食における地場産物を使用する割合の増加 ④「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の 割合の増加 ⑤内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)を認知して いる国民の割合の増加 ⑥食育の推進に関わるボランティアの数の増加 ⑦教育ファームの取組がなされている市町村の割合の増加 ⑧推進計画を作成・実施している都道府県及び市町村の 割合の増加	①食育に関心を持っている国民の割合の増加 ②朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加 ③朝食を欠食する国民の割合の減少 ④学校給食における地場産物を使用する割合の増加 ⑤栄養バランス等に配慮した食生活を送っている国民の割合 の増加 ⑥内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の予防や 改善のための適切な食事、運動等を継続的に実践して いる国民の割合の増加 ⑦よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある 国民の割合の増加 ⑧食育の推進に関わるボランティアの数の増加 ⑨農林漁業体験を経験した国民の割合の増加 ⑩食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている国民 の割合の増加 ⑪推進計画を作成・実施している市町村の割合の増加
食育の総 合的な促 進に関す る事項	1 家庭における食育の推進 2 学校、保育所等における食育の推進 3 地域における食生活の改善のための取り組みの推進 4 食育推進運動の展開 5 生産者と消費者の交流の促進、環境と調和のとれた農林 漁業の活性化等 6 食文化の継承のための活動への支援等 7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、 研究、情報の提供及び国際交流の推進	1 家庭における食育の推進 2 学校、保育所等における食育の推進 3 地域における食育の推進 4 食育推進運動の展開 5 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林 漁業の活性化等 6 食文化の継承のための活動への支援等 7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、 研究、情報の提供及び国際交流の推進
食育の推 進に関す る施策を 総合的か つ計画的 に推進す るために 必要な事 項	1 多様な関係者の連携・協力の強化 2 都道府県による推進計画の策定とこれに基づく施策の促進 3 積極的な情報提供と国民の意見等の把握 4 進捗状況の把握と効果等の評価及び財政措置の効 率的・重点的運用 5 基本計画の見直し	1 多様な関係者の連携・協働の強化 2 地方公共団体による推進計画の策定等とこれに基づく施策 の促進 3 世代区分等に応じた国民の取組の提示等積極的 な情報提供と意見等の把握 4 推進状況の把握と効果等の評価及び財政措置の 重点的運用 5 基本計画の見直し

国の食育推進基本計画 推移

	第3次食育推進基本計画	第4次食育推進基本計画
重点課題 (第4次重点事項)	ア 若い世代を中心とした食育の推進 イ 多様な暮らしに対応した食育の推進 ウ 健康寿命の延伸につながる食育の推進 エ 食の循環や環境を意識した食育の推進 オ 食文化の継承に向けた食育の推進	1 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進 【国民の健康の視点】 2 持続可能な食を支える食育の推進 【社会・環境・文化の視点】 3 「新たな日常」やデジタルに対応した食育の推進 【横断的な視点】
計画期間	平成28年度から平成32年度(令和2年度)まで	令和3年度から令和7年度まで
基本的な取組方針	(1)国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成 (2)食に関する感謝の念と理解 (3)食育推進運動の展開 (4)子供の食育における保護者、教育関係者等の役割 (5)食に関する体験活動と食育推進活動の実践 (6)我が国の伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献 (7)食品の安全性の確保等における食育の役割	(1)国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成 (2)食に関する感謝の念と理解 (3)食育推進運動の展開 (4)子供の食育における保護者、教育関係者の役割 (5)食に関する体験活動と食育推進活動の実践 (6)我が国の伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献 (7)食品の安全性の確保等における食育の役割
目標	①食育に関心を持っている国民を増やす ②朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす ③地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす ④朝食を欠食する国民を減らす ⑤中学校における学校給食の実施率を上げる ⑥学校給食における地場産物等を使用する割合を増やす ⑦栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす ⑧生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民を増やす ⑨ゆっくりよく噛んで食べる国民を増やす ⑩食育の推進に関わるボランティアの数を増やす ⑪農林漁業体験を経験した国民を増やす ⑫食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす ⑬地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民を増やす ⑭食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民を増やす ⑮推進計画を作成・実施している市町村を増やす	①食育に関心を持っている人の割合 ②朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす ③地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす ④朝食を欠食する国民を減らす ⑤学校給食における地場産物を活用した取組等を増やす ⑥栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす ⑦生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民を増やす ⑧ゆっくりよく噛んで食べる国民を増やす ⑨食育の推進に関わるボランティアの数を増やす ⑩農林漁業体験を経験した国民を増やす ⑪産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす ⑫環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす ⑬食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす ⑭地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民を増やす ⑮食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自らする国民を増やす ⑯推進計画を作成・実施している市町村を増やす
食育の総合的な促進に関する事項	1 家庭における食育の推進 2 学校、保育所等における食育の推進 3 地域における食育の推進 4 食育推進運動の展開 5 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等 6 食文化の継承のための活動への支援等 7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進	1 家庭における食育の推進 2 学校、保育所等における食育の推進 3 地域における食育の推進 4 食育推進運動の展開 5 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等 6 食文化の継承のための活動への支援等 7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進
食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項	1 多様な関係者の連携・協働の強化 2 地方公共団体による推進計画の作成等とこれに基づく施策の促進 3 積極的な情報提供と国民の意見等の把握 4 推進状況の把握と効果等の評価及び財政措置の効率的・重点的運用 5 基本計画の見直し	1 多様な関係者の連携・協働の強化 2 地方公共団体による推進計画に基づく施策の促進とフォローアップ 3 積極的な情報提供と国民の意見等の把握 4 推進状況の把握と効果等の評価及び財政措置の効率的・重点的運用 5 基本計画の見直し

第4次食育推進基本計画における数値目標の進捗状況

○目標値と現状値を比較すると、目標を達成したものは1項目(◎で示す)。

○第4次基本計画作成時の値と現状値を比較すると、改善したものは9項目(△で示す)、悪化したものは11項目(▼で示す)。

具体的な目標値	第4次基本計画作成時の値 (R2(2020)年度)	一昨年度 (R3(2021)年度)	昨年度 (R4(2022)年度)	現状値 (R5(2023)年度)	目標値 (R7(2025)年度)	達成状況	データソース
① 食育に関心を持っている国民の割合	83.2%	79.6%	78.9%	78.1%	90%以上	▼	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
② 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週9.6回	週9.2回	週9.6回	週9.0回	週11回以上	▼*	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
③ 地域等で共食したいと思う人が共食する割合	70.7%	42.7%	57.8%	62.8%	75%以上	▼	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
④ 朝食を欠食する子供の割合	4.6% (R元年度)	5.1% (R3年度)	5.6% (R4年度)	6.1% (R5年度)	0%	▼	「全国学力・学習状況調査」(文部科学省)
⑤ 朝食を欠食する若い世代の割合	21.5%	26.5%	26.7%	28.3%	15%以下	▼	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑥ 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数	月9.1回 (R元年度)	月9.0回 (R3年度)	月10.5回 (R4年度)	—	月12回以上	△*	学校における地場産物に係る食に関する指導の取組状況調査(文部科学省)
⑦ 学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合	—	68.1%	76.6%	—	90%以上	△*	学校給食における地場産物・国産食材の使用状況調査(文部科学省)
⑧ 学校給食における国産食材を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合	—	74.5%	78.7%	—	90%以上	△*	学校給食における地場産物・国産食材の使用状況調査(文部科学省)
⑨ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合	36.4%	37.7%	40.6%	38.2%	50%以上	△*	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑩ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	27.4%	29.8%	28.4%	28.3%	40%以上	△*	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑪ 1日当たりの食塩摂取量の平均値	10.1g (R元年度)	—	—	—	8g以下	—	国民健康・栄養調査(厚生労働省)
⑫ 1日当たりの野菜摂取量の平均値	280.5g (R元年度)	—	—	—	350g以上	—	国民健康・栄養調査(厚生労働省)
⑬ 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合	61.6% (R元年度)	—	—	—	30%以下	—	国民健康・栄養調査(厚生労働省)
⑭ 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合	64.3%	64.1%	66.5%	63.1%	75%以上	▼*	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑮ ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合	47.3%	47.9%	46.8%	47.9%	55%以上	△*	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑯ 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数	36.2万人 (R元年度)	34.3万人 (R2年度)	33.1万人 (R3年度)	—	37万人以上	▼*	農林水産省消費・安全局消費者行政・食育課調べ
⑰ 農林漁業体験を経験した国民(世帯)の割合	65.7%	61.3%	62.4%	63.2%	70%以上	▼	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑱ 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	73.5%	74.8%	69.8%	67.4%	80%以上	▼	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑲ 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	67.1%	69.3%	61.7%	60.2%	75%以上	▼	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
⑳ 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合	76.5% (R元年度)	78.3% (R3年度)	76.9% (R4年度)	76.7% (R5年度)	80%以上	△*	「消費者の意識に関する調査」(消費者庁) R4年度以降の値は「消費生活意識調査」(消費者庁)
㉑ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合	50.4%	43.9%	44.0%	44.7%	55%以上	▼	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
㉒ 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合	44.6%	61.7%	63.1%	54.5%	50%以上	◎	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
㉓ 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合	75.2%	77.4%	77.5%	76.4%	80%以上	△*	「食育に関する意識調査」(農林水産省)
㉔ 推進計画を作成・実施している市町村の割合	87.5% (R元年度)	89.6% (R3年度)	90.5% (R4年度)	—	100%	△	農林水産省消費・安全局消費者行政・食育課調べ

<達成状況> ◎:目標達成、△:作成時と現状値を比較して改善、▼:作成時と現状値を比較して悪化、*:有意な変化なし(統計的な検定が必要)

<取組の指標>

項目	指標	
	現 状	令和7年度まで
1 食育の意義を理解する	食育を知っている成人の割合 68.7%	80%
2 毎日、きちんとした朝食を摂る	・「食べないことが多い」・「全く、ほとんど食べない」 小学5年生 3.1% 中学2年生 6.4%	0%に近づける
	・朝食欠食率 20歳～39歳の男性 26.1% (注1) 20歳～39歳の女性 16.0%	15%以下
3 家族と一緒に食事を摂る	ふだん家では夕食を一人で食べる人が多い 小学4年生 2.7% 中学1年生 4.2%	0%に近づける
4 子供が学校や家庭で基礎的な食習慣を身に付ける	子供に食に対する感謝の心を教えている 児童・生徒の保護者 24.4%(注2)	40%
	子供に食に対するマナーを教えている 児童・生徒の保護者 43.7%(注3)	50%
	児童・生徒に学校給食を活用し、地場産物について指導している小・中学校 47.9%(注4)	80%
5 健康を意識したバランスの良い食生活の実践	一日あたりの野菜摂取量が350g以上の成人の割合 32.2%	40%
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2食(回)以上食べている人の割合 66.8%(注5)	90%
	食品を購入するときに栄養成分表示を参考にしている人の割合 45.4%	75%
6 東京産食材の理解と地産地消の推進	東京産食材を知っている人の割合 小学4年生 49.4% 中学1年生 48.4% 成人 56.5%	いずれも80%
	東京産食材を購入したい人の割合 59.1%	80%
7 食育を推進する体制の整備	食育推進計画を作成している区市町村の割合 79.0%	100%

(注1)(注2)(注3)(注4)(注5) 調査が異なるため、現状値は平成27年度の数値とは接続しない



東京都



推進計画 (概要)

～ 持続可能な社会・東京の実現に応える食育の推進 ～

令和3年度～令和7年度



東京都

東京都食育推進計画の概要

～ 持続可能な社会・東京の実現に応える食育の推進 ～

第1章 食育推進計画の策定にあたって

- 食育とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること
- 食育基本法に定める都道府県食育推進計画として、平成18年の策定以降、平成23年、平成28年に改定
- 本計画は、令和3年度から7年度までを計画期間として、東京における食育を着実に推進していくための基本的な考え方と具体的な施策を提示

第2章 東京の食をめぐる問題

1 健康長寿を阻む食の問題

◆食事の摂り方の多様化による「孤食」「欠食」の問題

食事バランスや生活リズムの乱れによる健康への影響や、家族とのコミュニケーションの欠如などが懸念

◆食の外部化・簡便化による食事バランスへの懸念

外食や中食は家事の負担軽減や必要な分だけ食事を購入できる利点がある一方で、好きな料理を選択しがちで、栄養バランスの偏りに繋がる懸念

◆健康寿命の延伸を阻む食の問題

働き世代の段階での生活習慣病の予防や、高齢者のフレイルの予防等、健康寿命の延伸に向けた取組を進めることが大切

2 食育活動の拡大と参加をめぐる問題

◆小・中学校での食育活動の現状

学校給食での地場産物の一層の活用や、生産者との交流など食育活動が進むことで、児童や生徒の食への関心が更に高まることが期待

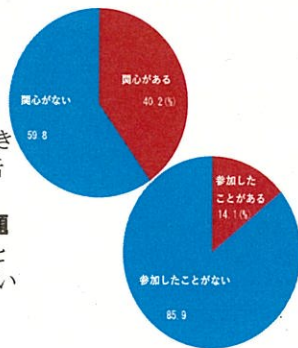
◆企業などでの食育活動の広がりへの対応

家庭や学校以外でも健全な食生活を実現できる場として企業や大学等、地域などでの食育活動が進む取組が必要

◆食育活動への参加をめぐるミスマッチの問題

食育活動への関心を持たない都民が多いことや、関心を持つ都民が実践に結びついていないミスマッチの状況が問題

食育活動への関心及び参加経験



(出典)「東京都食育推進計画に関する指標調査(令和2年度)」(産業労働局)

3 食に関わる社会的課題への対応

◆食品の安全に関する問題

食品の安全に関する制度や取組の認知度を高めるとともに、食中毒予防をはじめとしたリスクコミュニケーションの実施が必要

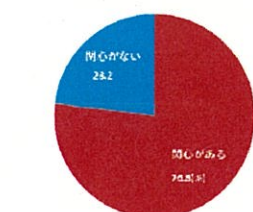
◆食品ロスをめぐる問題

必要以上に買いすぎないなど、一人ひとりの取組が大切であり、食品ロス削減の意識を高め実践に結びつける取組が求められる

◆SDGsの達成に向けた対応

SDGsアクションプラン2021で食育が次世代の教育振興として位置付けられ、食育の推進はSDGsの達成に貢献する重要な取組

食品ロスへの関心



(出典)「東京都食育推進計画に関する指標調査(令和2年度)」(産業労働局)

第3章 食育推進の基本的な考え方

○ 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、心身の健康の増進と、豊かな人間形成に役立つもの

○ 食育に関連する局が各施策を着実に実施していくとともに、区市町村や食育活動団体の取組などと連携することにより、総合的な食育を推進

方向性Ⅰ 健康長寿を実現するライフスタイルに応じた食育の推進

- Ⅰ-1 ライフスタイルに合わせた家庭での食育を進める
- Ⅰ-2 若い世代の段階から食に関する意識を高める
- Ⅰ-3 多様化する食へのニーズに応じた食育を進める
- Ⅰ-4 食を通じた健康づくりを進め健康寿命を延ばす

方向性Ⅱ 「生産」から「流通」「消費」まで体験を通じた食育の推進

- Ⅱ-1 学校での食育活動を推進する
- Ⅱ-2 生産・流通現場での様々な食育体験を進める
- Ⅱ-3 地産地消を推進する
- Ⅱ-4 新しい日常に対応した体験機会を提供する

方向性Ⅲ SDGsの達成に貢献する食育の推進

- Ⅲ-1 食の安全に関する理解を深め、実践に繋げる
- Ⅲ-2 食品ロス削減を実践する
- Ⅲ-3 食育を広げ、持続可能な社会の実現を目指す

第5章 計画の着実な推進に向けて

- 区市町村、食育活動団体をはじめ多くの関係者の理解と協力のもと、取組を推進
- 取組を進めるにあたり、成果を客観的に把握するための指標等を設定
- 都、区市町村、食育活動団体などで構成する協議会を活用し、施策の進捗状況などについて情報を共有

第4章 具体的な施策の展開

<方向性Ⅰ>

- ・ 親子が一緒に東京産食材などを調理し試食する食育体験を実施
- ・ 大学等の学生食堂や企業の社員食堂を対象に、東京産食材を試食用に提供することなどを通じ、若い世代の食への関心を高める取組を推進
- ・ ホームページやリーフレットなど様々な手法を通じ、生活習慣病の予防や改善等を支援

など

<方向性Ⅱ>

- ・ 学校給食に地場産物を積極的に活用するなど、「生きた教材」である学校給食を活用した食育を推進
- ・ 親子を対象にした市場見学会を開催し、流通関係者と交流を図るとともに、生鮮食品等の流通の仕組みや役割について理解を深める取組を推進
- ・ 東京産食材の魅力を発信するPRキャンペーンを実施し、地産地消を推進
- ・ 食育をテーマにした講座の動画配信や、食育に関する基礎的な知識をわかりやすくデジタル化して発信するなど、新しい日常に対応した食育を推進

など

<方向性Ⅲ>

- ・ 東京都GAPについて消費者向けの解説動画の配信やスーパー等での直売イベントなどにより広く普及
- ・ 食品ロス削減に向け、都民向け動画の作成やオンラインイベントを開催するなど普及啓発を実施
- ・ 食育をテーマにした講座や講演会等を開催し、消費者の食に関する知識やエシカル消費の理念に基づいた行動について普及啓発を実施

など