

健康日本 2 1 の取組状況について

年 月	事 項
平成	
10年11月	・健康日本 2 1 企画検討会の設置承認（公衆衛生審議会総合部会・健康増進栄養部会・成人病難病対策部会 3 部会合同部会）
12. 2	・ 2 1 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 2 1）について報告書（健康日本 2 1 企画検討会、健康日本 2 1 計画策定検討会）
3	・「健康日本 2 1 の推進について」（厚生事務次官通知、保健医療局長通知、3 局長通知）を発出（3 月 3 1 日）
4	・厚生省内に健康日本 2 1 推進本部を設置
7	・「健康日本 2 1」全国都道府県主管課長等会議
11	・健やか親子 2 1 検討会報告書（母子保健課）
12	・第 1 回健康日本 2 1 推進国民会議開催（1 2 月 2 6 日）
13. 1	・省庁再編
2	・健康日本 2 1 推進全国連絡協議会発起人会 （（財）健康・体力づくり事業財団）
3	・第 1 回健康日本 2 1 推進全国連絡協議会総会 （（財）健康・体力づくり事業財団）
	・第 2 回健康日本 2 1 推進国民会議（3 月 2 1 日）
	・第 1 回健康日本 2 1 全国大会（3 月 2 1 日）
6	・第 1 回健やか親子 2 1 全国大会（母子保健課）（6 月 2 7 日）
8	・「健康日本 2 1」全国都道府県主管課長等会議
	・健康日本 2 1 地方計画策定の支援に資するセミナー（市町村セミナー）（8 月 9 日）
9	・第 2 回健康日本 2 1 推進全国連絡協議会総会（9 月 7 日）
10	・第 3 回健康日本 2 1 推進国民会議（1 0 月 2 6 日）

13.	11	・政府・与党社会保障改革協議会「医療制度改革大綱」を公表
	12	・健康増進法案の国会提出について（厚生科学審議会 地域保健・健康増進栄養部会）
14.	3	・第2回健康日本21全国大会（3月15日、島根県）
	6	・第3回健康日本21推進全国連絡協議会総会（6月19日）
	7	・第1回健康日本21評価手法検討会（7月17日）
		・健康増進法成立（7月26日）
	8	・健康増進法公布（8月2日）
		・「健康日本21」全国都道府県主管課長等会議（8月7日）
		・第2回健康日本21評価手法検討会（8月23日）
	9	・健康づくり国際会議（9月21日、京都）
	10	・第3回健康日本21評価手法検討会（10月31日）
	11	・平成14年糖尿病実態調査実施
		・第2回健やか親子21全国大会（母子保健課）（11月14日、15日）
		・健康日本21地方計画策定の支援に資するセミナー（市町村セミナー）（11月21日）
		・健康増進法及び今後のたばこ対策について（厚生科学審議会 地域保健健康増進栄養部会）
	12	・第4回健康日本21推進国民会議（12月4日）
		・「今後のたばこ対策の基本的な考え方について（意見具申）」とりまとめ（厚生科学審議会）
15.	1	・第4回健康日本21評価手法検討会（1月15日）
	2	・第3回健康日本21全国大会開催（2月7日、滋賀県）
		・健康増進法に基づく基本方針について（厚生科学審議会 地域保健健康増進栄養部会）
	3	・第5回健康日本21評価手法検討会（3月24日）
		「健康日本21評価手法検討会中間報告」とりまとめ
		「健康日本21評価手法検討会調査分科会報告書」とりまとめ
		・健康増進法に基づく基本方針について（厚生科学審議会 地域保健健康増進栄養部会）

3	・「健康づくりのための睡眠指針検討会報告書」とりまとめ
4	・健康増進法に基づく基本方針告示、施行関係通知発出（4月30日）
5	・健康増進法施行（5月1日）
6	・第4回健康日本21推進全国連絡協議会総会（6月25日） ・第6回健康日本21評価手法検討会（6月27日） ・今後のがん戦略について（厚生科学審議会 地域保健健康増進栄養部会）
7	・第3次対がん10か年総合戦略を策定（文部科学大臣、厚生労働大臣 7月25日）
8	・第5回健康日本21推進国民会議（8月4日）
9	・「健康日本21」全国都道府県主管部局長等会議開催（9月2日）
11	・第4回健康日本21全国大会開催（11月7日、8日、岩手県） ・第3回健やか親子21全国大会（母子保健課）（11月6、7日）
16. 3	・第7回健康日本21評価手法検討会（3月19日） ・「健康日本21評価手法検討会報告書」とりまとめ ・「健康づくりのための食環境整備に関する検討会報告書」とりまとめ
5	・WHOたばこ対策枠組条約への締結を国会で承認 ・健康フロンティア戦略を策定（与党幹事長・政調会長会議）
6	・WHOたばこ規制枠組条約批准（6月8日） ・健康増進事業者に対する健康診査の実施等に関する指針告示（6月 14日） ・第1回たばこ対策関係省庁連絡会議幹事会（たばこ対策関係省庁連絡 会議の設置）（6月15日） ・平成14年糖尿病実態調査報告書とりまとめ ・第1回WHOたばこ規制枠組政府間作業部会開催（6月21日～25 日、ジュネーブ）
7	・第6回健康日本21推進国民会議（7月30日）
9	・第5回健康日本21全国大会開催（9月17日、山梨県）
11	・第4回健やか親子21全国大会（母子保健課）（11月16、18 日） ・日本人の食事摂取基準（2005年度版）（厚生科学審議会 地域保 健健康増進栄養部会）
17. 1	・第1回たばこ対策関係省庁連絡会議（1月18日）

17.	1	・第2回WHOたばこ規制枠組政府間作業部会開催（1月31日～2月4日、ジュネーブ）
	2	・WHOたばこ規制枠組条約発効（2月27日）
	5	・がん対策推進本部の設置
	6	・食育基本法成立
		・「食事バランスガイド」策定公表
	7	・食育基本法施行
	9	・第6回健康日本21全国大会開催（9月9日、鹿児島県）
	10	・第5回健やか親子21全国大会（母子保健課）（10月27日）
	11	・第7回健康日本21推進国民会議（11月10日）
18.	2	・WHOたばこ規制枠組条約第1回締約国会議（2月6日～17日）
	6	・がん対策基本法成立
		・医療制度改革関連法成立
		・第1回食育推進全国大会（内閣府）（6月24日、大阪府）
	7	・「健康づくりのための運動基準2006報告書」とりまとめ
		・「健康づくりのための運動指針2006報告書」とりまとめ
	8	・第2回たばこ対策関係省庁連絡会議（8月10日）
	11	・第7回健康日本21全国大会開催（11月2日、岡山県）
		・第6回健やか親子21全国大会（母子保健課）（11月21・22日）
19.	2	・WHOたばこ規制枠組条約報告書提出（2月27日）
	4	・都道府県健康増進計画改定ガイドライン、健康日本21中間評価報告書、標準的な健診・保健指導プログラム等について（厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会）
		・がん対策基本法施行
		・がん対策推進協議会の設置
		・第8回健康日本21推進国民会議（4月23日）
	6	・がん対策推進基本計画閣議決定
		・第2回食育推進全国大会（内閣府）（6月9・10日、福井県）
	6-7	・WHOたばこ規制枠組条約第2回締約国会議（6月30～7月6日）
	9	・第8回健康日本21全国大会開催（9月7日、福井県）
	11	・第7回健やか親子21全国大会（母子保健課）（11月15・16日）
	12	・糖尿病等の生活習慣病対策の推進について（中間取りまとめ）

19. 12	・女性の健康づくり推進懇談会設置
20. 3	・女性の健康週間創設（毎年3月1日から8日）
	・健やか生活週間国民運動イベント開催（3月15・16日、東京都）
	・受動喫煙防止対策のあり方に関する検討会設置
4	・医療制度改革関連法施行
6	・第3回食育推進全国大会（内閣府）（6月7・8日、群馬県）
	・第3回たばこ対策関係省庁連絡会議（6月26日）
7	・がん対策推進本部において国の主な取り組みを提示（7月24日）
10	・第9回健康日本21全国大会開催（10月4日、熊本県）
11	・元気2008！健康日本21～健やか生活習慣国民運動～開催（11月7・8・9日、東京都）
	・WHOたばこ規制枠組条約第3回締約国会議（11月17日～22日）
	・第8回健やか親子21全国大会（母子保健課）（11月27・28日）

第 9 回健康日本 2 1 全国大会開催概要

1. 目 的

「健康日本 2 1（2 1 世紀における国民健康づくり運動）」を国民一人一人が主体的に取り組む国民運動として普及、推進するため、広く国民、健康関連団体等の参加を得て、生活習慣病の予防等の健康づくりに関する情報発信や様々な関係者の交流の場とすることを目的とする。

なお、第 9 回大会となる今大会は熊本県で開催することとし、働き盛り世代とその家族を中心に、大会参加者が、動くこと、食べること、眠る（休む）ことの意義を知り、自分の日常生活を振り返り、生活習慣病を予防するための健やかな生活について考える大会とする。

2. 対 象

国民一般、行政関係者、健康増進関係者、ボランティア団体、マスコミ関係者、医療保険者、企業関係者等

3. メインテーマ

「1 に運動 2 に食事 家族で健やか 元氣くまもと！」

4. 主 催

厚生労働省、健康日本 2 1 推進国民会議、健康日本 2 1 推進全国連絡協議会、熊本県、熊本県健康づくり県民会議

5. 開催日時

平成 2 0 年 1 0 月 4 日（土） 1 3 : 0 0 ~ 1 6 : 4 0

※（展示） 1 2 : 0 0 ~ 1 7 : 0 0、（ウォーキング大会） 9 : 3 0 ~ 1 2 : 0 0

6. 内 容

【会 場】熊本県立劇場コンサートホール（熊本市大江 2 - 7 - 1）

○オープニング：「マリンバ演奏」（吉田 ミカ）

○主催者挨拶

○講演（関 英一（厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室長）、増田 明美（健康大使、スポーツジャーナリスト））

○アトラクション：「ステージドリル」（熊本工業高校吹奏楽部）

○シンポジウム：「1に運動 2に食事 家族で健やか 元氣くまもと！」

シンポジスト（50音順）

- ・ 荒木 栄一（熊本大学大学院 医学薬学研究部 代謝内科学 教授）
- ・ 緒方 正朋（熊本県体育協会 理事）
- ・ 桑 和彦（熊本大学 発生医学研究センター 准教授）
- ・ 牧山 規矩子（熊本県食生活改善推進員連絡協議会 会長）
- ・ 右田 昌子（タレント、栄養士）

アドバイザー

- ・ 増田 明美（健康大使、スポーツジャーナリスト）

コーディネーター

- ・ 大田黒 浩一（タレント）

○次回開催県からのメッセージ

○大会宣言 大村 詠一（熊本大学教育学部学生）

（関連行事）

- ・ 各種団体等による健康づくり活動紹介（展示ブースの設置）
- ・ ウォーキング大会

（美しい日本の歩きたくなるみち500選

「熊本城界隈歴史の道ウォーク」）

平成 20 年度健康増進普及月間実施要綱

1. 名称

平成 20 年度健康増進普及月間

2. 趣旨

平均寿命の著しい伸長にみられるように、近年の国民の健康水準の向上には目覚ましいものがあるが、一方において、人口の高齢化、社会生活環境の急激な変化等に伴って、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加等が大きな問題となっている。

生活習慣病は日常生活のあり方と深く関連しており、国民の健康の保持・増進を図るためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要である。

このため、生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性についての国民一人一人の理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、平成 20 年 9 月 1 日（月）から 30 日（火）までの 1 か月間を健康増進普及月間とし、種々の行事等を全国的に実施するものである。

3. 実施機関

厚生労働省並びに健康増進普及月間の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区及び市町村

4. 実施期間

平成 20 年 9 月 1 日（月）～9 月 30 日（火）

5. 統一標語

「1 に運動 2 に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ
～良い生活習慣は、気持ちがいい！～」

6. 実施方法

(1) 厚生労働省

政府広報等の活用を図るほか、（財）健康・体力づくり事業財団等関係機関の協力の下、ポスターの作成等により健康増進に関する普及啓発を図る。

(2) 都道府県、政令市、特別区及び市町村

健康増進普及月間の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区及び市町村は、関係官庁及び関係団体等との連携を密にしつつ、それぞれの地域や職域の実情に即し、創意工夫をこらした効果的な普及啓発を図る。

〈活動内容の例示〉

- ア. テレビ、ラジオ、新聞等報道機関の協力を得た広報
- イ. 都道府県及び市区町村の広報紙、関係機関及び関係団体等の機関紙、有線放送、インターネット等の活用による広報
- ウ. ポスター、リーフレット等による広報
- エ. 健康増進に関する各種講演会、研修会、シンポジウム、フォーラム及び映画会等の開催
- オ. ウォーキング等の運動イベントの開催
- カ. 地域別、年代別に定めた健康増進のための行動目標、スローガン等の公募及び発表
- キ. 住民主体のボランティアグループ等を通じた情報提供の推進
- ク. 健康相談、食生活相談及び栄養改善指導

なお、事業の実施にあたっては、次の点に留意するものとする。

- ①メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度の向上
- ②「エクササイズガイド2006」、「食事バランスガイド」及び「禁煙支援マニュアル」の積極的な活用
- ③産業界との連携

平成 20 年度食生活改善普及運動実施要綱

1 名称

平成 20 年度食生活改善普及運動

2 趣旨

近年、人口の急速な高齢化が進む中で、疾病構造が変化し糖尿病等の生活習慣病は増加している。平成 18 年国民健康・栄養調査によれば、糖尿病が強く疑われる人は約 820 万人、糖尿病の可能性が否定できない人は約 1,050 万人となっている。

こうした背景のもと、今年 4 月からメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査及び特定保健指導が実施されている。メタボリックシンドロームの予防には、食生活や運動習慣といった生活習慣を見直すことにより、発症を予防することが可能なものであるため、個人に対するハイリスクアプローチと、環境整備などの集団に働きかけるポピュレーションアプローチの両方を適切に組み合わせることが重要である。

また、食生活改善普及運動は、昭和 24 年に「皆さんの栄養週間」として出発してから今年で 60 年目である。食に関する背景や課題内容は時代とともに変化し、疾病構造も大きく変わっているが、今も昔も食生活改善が重要であることは変わらない。そこで、国民一人ひとりが改めて食生活改善の重要性を認識し、理解を深め、日常生活での実践を促進するために、平成 20 年 10 月 1 日（水）から同月 31 日（金）までの 1 か月間を食生活改善普及月間として本運動を展開し、種々の事業等を全国的に実施するものである。

3 実施機関

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、保健所設置市、特別区、市町村及び関係団体

4 実施期間

平成 20 年 10 月 1 日（水）～同月 31 日（金）

5 重点活動の日標

特に 30 歳～60 歳代男性の肥満傾向にある者、単身者、子育てを担う世代を対象とし、「健康日本 21」や食育推進基本計画の日標も踏まえ、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を認知している国民の割合の増加、「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等を図るための総合的な取組を行う。

6 重点活動の内容

- (1) 腹囲測定やBMI (Body Mass Index) の普及とともに、メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) に関する理解を深め、腹囲径などから自分の体型に対する自己評価が正しく行えるようにする。
- (2) 肥満又は過度のダイエット志向の者に対して、食生活と運動の両面からのプログラムを提供するとともに、その実践が継続できるように支援する。
- (3) 「食事バランスガイド」等を活用し、食生活の問題点を明確にし、日々の活動に見合った主食、副菜、主菜の食事量を示し、食生活改善の意欲が増すような支援を継続的に行う。
- (4) 野菜料理などの副菜の摂取量が少ないことを気づかせ、野菜の摂取量を増やすための料理選択の工夫について、対象者の特性に応じて支援を行う。
- (5) 肥満が気になる者には、エネルギーと脂質との関係を理解し、油を多く使った料理を知り、日常生活のなかで油の摂取量を控えるための工夫ができるように食生活の支援を行う。
- (6) 朝食を欠食しがちな単身者等については、簡単にできる朝食の組合せなど、日常生活のなかで実践できるような支援を行う。

7 活動の方法

- (1) 「エクササイズガイド2006」の活用やウォーキング等の運動に関するイベントと連携した「食事バランスガイド」の普及啓発
- (2) スーパーマーケット、コンビニエンスストア、外食料理店や特定給食施設等における「食事バランスガイド」の活用とヘルシーメニュー提供の推進
- (3) 住民主体のボランティアグループ等を通じた情報提供の推進
- (4) 健康相談、食生活相談及び栄養指導
- (5) メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) 予防のためのヘルシーメニュー・コンテスト等の開催
- (6) 地域別、年代別に応じた食生活改善のための行動目標、スローガン等の公募及び発表
- (7) 食生活改善に関する各種講演会、大会、シンポジウム、フォーラム等の開催
- (8) テレビ、ラジオ、新聞等報道機関の協力を得た広報
- (9) 都道府県及び市区町村の広報紙、関係機関及び関係団体等の機関紙、有線放送、インターネット等の活用による広報
- (10) ポスター、リーフレット等による広報

8 関係機関の役割

(1) 厚生労働省

本運動の全国的な推進を図るため、関係省庁及び関係団体と密接な連携をとり、広報の実施やポスターの作成等を行う。

(2) 都道府県、保健所設置市、特別区及び市町村

食生活改善普及運動の趣旨に賛同する都道府県、保健所設置市、特別区及び市町村は、住民の幅広い参加が得られるよう、関係部局及び団体との連携を密にする。また、重点活動の日標を達成する効果的な運動を展開できるよう、地域の実情に応じた実施計画を作成する。なお、本運動の実施計画の作成に当たっては、中長期的に住民の行動変容を促す事業の一つとして位置づけるとともに、プロセス評価及びアウトカム評価等を行うことにより、次の実施計画に反映させることに留意する。

都道府県は、保健所を活用して食生活改善普及運動を効果的に展開するとともに、管轄する市町村における食生活改善普及運動が効果的に展開されるよう支援を行う。

市町村は、地域住民の食生活が適切に行われるよう、「食事バランスガイド」等を活用して望ましい食生活の支援を行うほか、保健所等と連携を図り、効果的な運動を展開する。

(3) 関係団体

食生活改善普及運動の趣旨に賛同する関係団体は、住民が日々の生活で食生活改善を継続的に実践できるよう、関係機関及び都道府県、保健所設置市、特別区及び市町村と連携を図り、活動日標が達成できるよう効果的な運動を展開する。

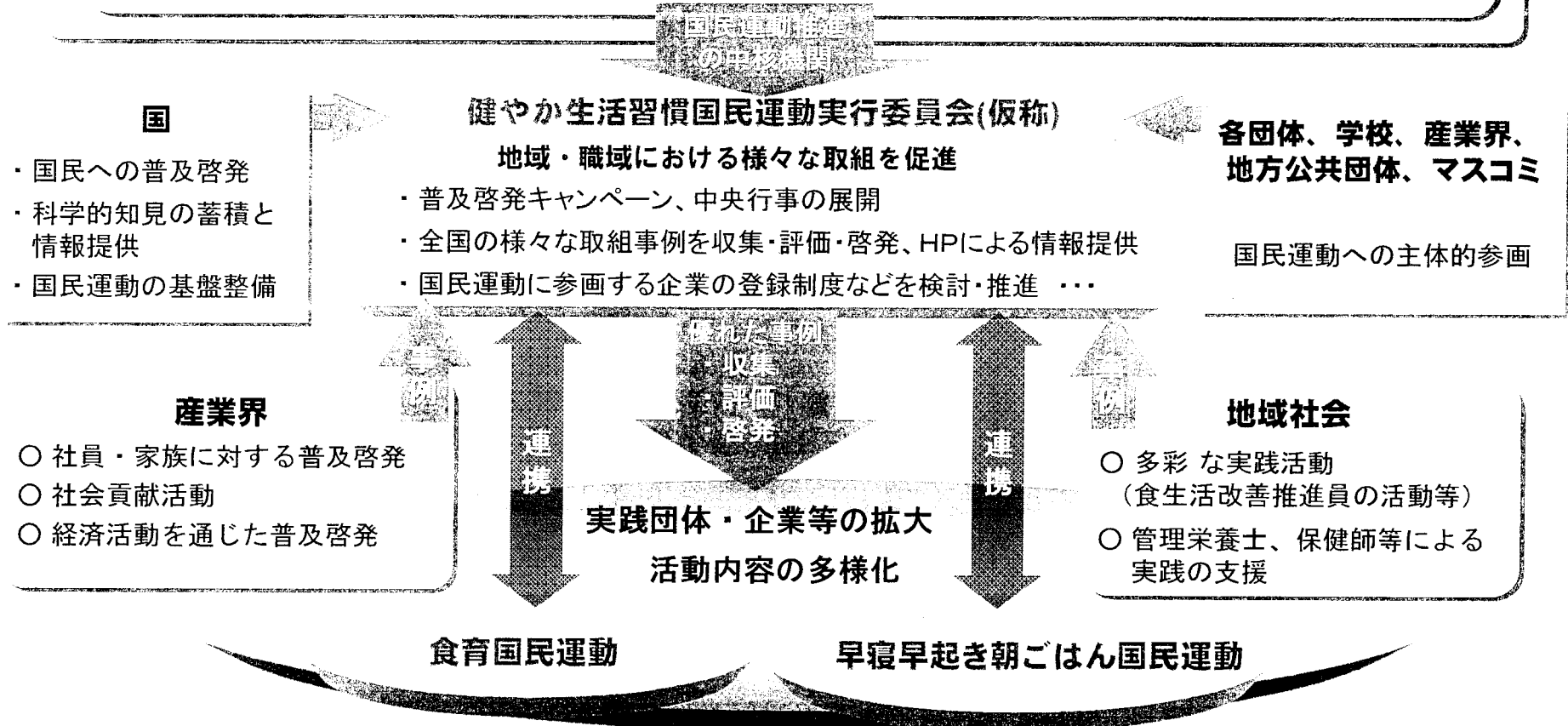
健やか生活習慣国民運動について（概念図）

これまでのポピュレーションアプローチの課題

- ① 健康日本21の目標項目(9分野70項目)は日常生活で意識し実践するには数が多過ぎること
- ② 健康日本21の目標達成に向けた効果的なプログラムやツールの展開が不十分なこと
- ③ 普及啓発が行政や外郭団体中心であり産業界を含む社会全体の活動に必ずしも至っていないこと

産業界も巻き込み“健やかな生活習慣”の普及定着を目指す国民運動の展開

- ① 重点分野の設定:健康日本21のうち、「運動・食生活・禁煙」に焦点
- ② ターゲットを明確にした戦略的で効果的な運動の推進、「子供の食育」などわかりやすいテーマ設定
- ③ 産業界を含めた社会全体として運動を展開:様々な実施主体による様々な実践活動を促進

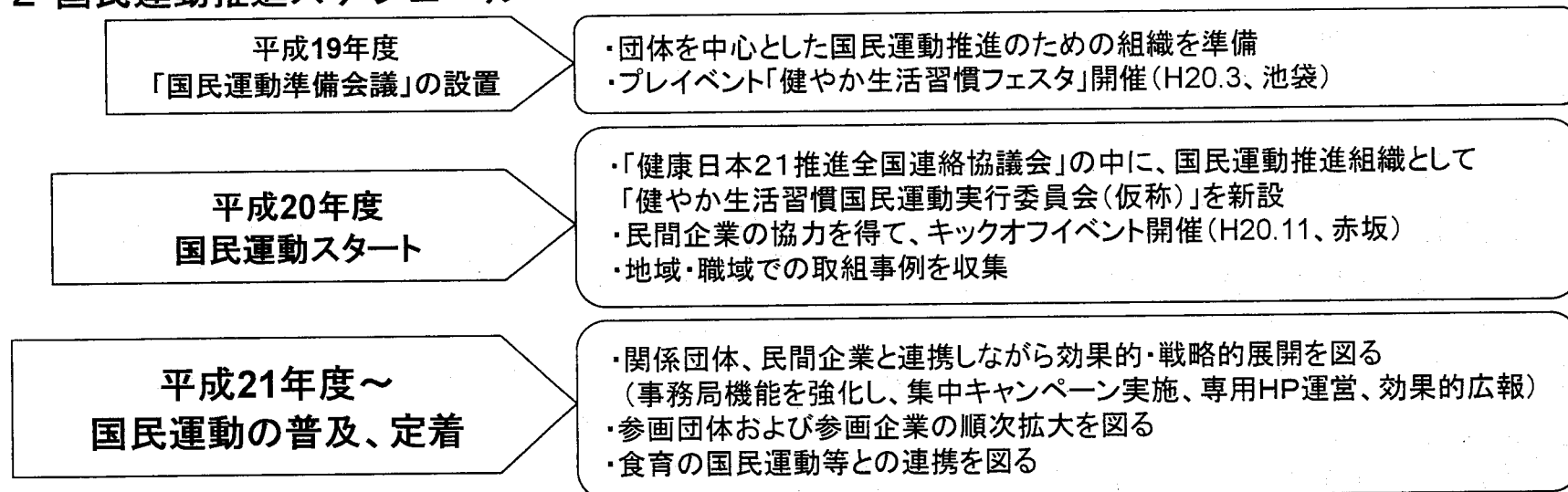


健やか生活習慣国民運動について

1 趣 旨

- 健康寿命の延伸を図り、「明るく活力ある社会」を構築するため、疾病の発症を予防する「一次予防」に重点を置いた健康づくりのための新たな国民運動として展開する。
- 特に、死亡原因の約6割、国民医療費の約3割を占める生活習慣病に着目し、日常生活の中の適度な運動、適切な食生活、禁煙を柱とした「健やかな生活習慣」を国民が実感することにより、国民の行動変容を促すことを目的とする。
- また、「健やかな生活習慣」が地域・職域に浸透し、国民の生活文化として定着していくことを目指して、国民運動の趣旨に共感し具体的に行動する団体の参画を得て「健やか生活習慣国民運動実行委員会」(仮称)を設置し、産業界とも連携を図る。
- さらに、食育など他の国民運動とも連携しながら、家庭、地域社会、学校、職場など様々な場における生活習慣病予防のための普及啓発及び実践活動を促進する。

2 国民運動推進スケジュール



「元気！2008 健康日本 21 ～健やか生活習慣国民運動～」開催概要

1 目的

「適度な運動」「適切な食生活」「禁煙」を焦点とした生活習慣病予防のための新たな国民運動「健やか生活習慣国民運動」を産業界や地域社会等と連携しながら展開することとしており、そのキックオフイベントとして、広く国民に国民運動の周知を図るとともに、イベントへの参加や体験を通じて、来場者が「健やかな生活習慣」の爽快感や重要性に気づき、学ぶ機会を提供することを目的として開催する。

2 対象

国民一般

3 主催

厚生労働省

4 後援

内閣府、文部科学省、農林水産省、経済産業省、東京都、港区、TBS

5 開催日時・来場者数

平成20年11月7日（金）～9日（日）

7日（36,400人）

8日（33,000人）

9日（32,700人）

計 102,100人

6 内容

【会場】赤坂サカス サカス広場（港区赤坂5丁目）

(1) オープニングセレモニー

① 健康大使（加藤剛氏、中尾和子氏、服部幸應氏）や亀淵友香&VOJAによるセレモニー

② 舩添厚生労働大臣メッセージ（会場モニターでビデオレター上映）

(2) ステージプログラム

① 健康大使による講演

○中尾和子氏「いつでもどこでもフィットネス」

○服部幸應氏「健康的な食生活」

○本多京子氏「クイズで学ぼう！栄養のこと」

② 団体等によるステージ

○（社）日本看護協会／全国保健師長会

・佐賀県みやき町「いつまでも自分らしく元気にいこう」

・岩手県岩泉町「まめで達者もりもり元気へ健康づくり自主グループ活動の取り組み～」

・宮崎市保健所「危うしカイゼンレンジャーレッド！」

○（社）日本フィットネス協会「ひばりエクササイズ」

- NPO 法人青果物健康推進協会「キレイの秘訣はフルーツ!フルーツと一緒にフルーツを食べよう」
- NPO 法人日本健康運動指導士会「からだスッキリ・チェアエクササイズ」
- NPO 法人ヘルスマネジメントあおぞら「若々しい血液で若さをゲットしよう」
- 亀淵友香&VOJA「おなかの底から歌おう！」
- よしもと笑うシニア. com「笑って学べる!お笑い健康ライブ」
- レスミルズジャパン「ボディコンバット」

③団体による出展

- (財) 結核予防会/NPO 法人日本呼吸器障害者情報センター「肺年齢測定」
- (社) 日本栄養士会「メタボ度測定・栄養相談等」
- (社) 日本健康倶楽部「骨密度測定・栄養指導」
- (社) 日本歯科医師会「ガムで咀嚼力・混合の判定等」
- (社) 日本理学療法士協会「片足立ち時間等各種体力測定」
- NPO 法人禁煙ネット「タバコ検査・血管年齢測定」
- NPO 法人地球足もみ健康法実践普及協会「足もみ健康法体験コーナー」

④企業による出展(企業名のみ)

- (株)メルシー、ソフトバンクリブラ(株)、明治乳業(株)、(株)ディーエイチシー、(株)ルネサンス、シャープ(株)、みどりウェルプランニング(株)、ニプロ(株)、よしもと笑うシニア. com、(株)バンダイ、(株)タニタ、(株)エバニュー

⑤サカス健康ウォーク

- (社)日本ウォーキング協会の協力の下に、赤坂サカス周辺を使用したウォーキングを実施。

平成 19 年 国民健康・栄養調査結果の概要について (トピックス)

国民健康・栄養調査について

目的：健康増進法（平成14年法律第103号）に基づき、国民の身体の状態、栄養摂取量及び生活習慣の状況を明らかにし、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得る

調査客体：平成19年国民生活基礎調査により設定された単位区から無作為抽出した300単位区内の世帯（約6,000世帯）及び当該世帯の1歳以上の世帯員（約18,000人）

調査時期：毎年11月

調査項目：身体状況調査；身長、体重、腹囲、血圧、血液検査、歩数、問診（服薬状況、運動）
 栄養摂取状況調査；食品摂取量、栄養素等摂取量、食事状況（欠食、外食等）
 生活習慣調査；食生活、身体活動・運動、休養（睡眠）、飲酒、喫煙、歯の健康等に関する生活習慣全般

※平成19年の重点調査項目：「糖尿病」、「休養（睡眠）」

糖尿病の状況について

(1) 糖尿病が強く疑われる人は約890万人。糖尿病の可能性が否定できない人は約1,320万人、合わせて約2,210万人と推定された。(p.4)

▼「糖尿病が強く疑われる人」、「糖尿病の可能性を否定できない人」の判定基準▼

- ①「糖尿病が強く疑われる人」とは、ヘモグロビン A1c の値が 6.1%以上、または、質問票で「現在糖尿病の治療を受けている」と答えた人
- ②「糖尿病の可能性を否定できない人」とは、ヘモグロビン A1c の値が 5.6%以上、6.1%未満で、①以外の人

(参考) (平成14年糖尿病実態調査)

糖尿病が強く疑われる人	約740万人
糖尿病の可能性を否定できない人との合計	約1,620万人

(2) 糖尿病が強く疑われる人の治療状況について、「現在治療を受けている」と回答した者の割合は増加しているが、「ほとんど治療を受けたことがない」と回答した者は依然として約4割にのぼる。(p.6)

(3) 糖尿病の検査後に「異常あり」と言われた者のうち、保健指導等を受けた者は約8割であった。さらに、「生活習慣を改めた」と回答した者は約9割。(p.10)

(4) 糖尿病に関する知識については、「正しい食生活と運動習慣は、糖尿病の予防に効果がある」は約9割、「糖尿病は失明の原因になる」は約8割と高い正答率であった。(p.12)

「糖尿病は腎臓障害の原因となる」の正答率は中程度、「糖尿病の人には、血圧の高い人が多い」、「軽い糖尿病の人でも、心臓病や脳卒中になりやすい」の正答率は低かった。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状況について

- (1) 40～74歳で見ると、男性の2人に1人、女性の5人に1人が、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者又は予備群と考えられる者。(p. 13)

身体活動の状況について

- (1) 日常生活における歩数の平均値は、男性で7, 321歩、女性で6, 267歩となっており、「健康日本21」の目標値である男性9, 200歩、女性8, 300歩に達していない。(p. 16)

睡眠・休養の状況について

- (1) 「睡眠による休養が充分にとれていない」と回答した者は、15歳～19歳で最も高く、男性で34.2%、女性で40.8%である。また、20歳代～40歳代でも約3割であった。(p. 18)
- (2) 眠るために薬やお酒を使うことがある者の割合は約2割で増加しており、「健康日本21」の目標値である13%以下に達していない。(p. 19)
- (3) ストレスの状況は、「大いにある」、「多少ある」と回答した者は、男女ともに20～40歳代で7割を超えていた。(p. 21)

喫煙の状況について

- (1) 現在習慣的に喫煙している者の割合は、男性では減少傾向にあるものの依然として約4割であり、女性は横ばいで約1割であった。特に、男女とも20歳代～40歳代で高く、男性で約5割、女性で約2割。(p. 23, 24)
- (2) 現在習慣的に喫煙している者のうち、「たばこをやめたい」と回答した者の割合は増加傾向にあった。(p. 24)

食生活の状況について

- (1) 朝食の欠食率を年次推移で見ると、男女ともに高くなる傾向。(p. 25)
- (2) 野菜摂取量の平均値は290gであり、「健康日本21」の目標値である350gに達していない。また、朝食をとっている者のうち、野菜を350g以上摂取している者は約3割、朝食をとっていない者で野菜を350g以上摂取している者は、2割未満に留まる。(p. 26, 28)
- (3) 食塩摂取量の平均値は、男性で12.0g、女性で10.3gとなっており、食塩摂取の目標量である男性10g未満、女性8g未満に達していない。(p. 29)