

健康日本21推進全国連絡協議会

会員団体 御中

事務局の公益財団法人健康・体力づくり事業財団です。

日頃より当協議会の活動に対し、格別のご理解・ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、標題の件、厚生労働省 健康・生活衛生局 健康課よりお知らせがございましたので共有いたします。
ご活用のごほうじょをお願いいたします。

また、傘下の団体や会員をお持ちの団体におかれましては、情報共有もよろしくお願ひ申し上げます。

(掲載先)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/eiyuu/r5-houkoku_00001.html

*「調査結果の概要」は、昨年(令和6年)11月25日に公表されています。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_45540.html

【調査結果のポイント】

厚生労働省では、このたび、令和5年11月に実施した「国民健康・栄養調査」の結果を取りまとめましたので公表します。

この調査は、健康増進法(平成14年法律第103号)第10条に基づき実施するものであり、国民の身体の状態、栄養摂取状況及び生活習慣の状況を明らかにし、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得るために毎年実施しています。

国民の身体の状態、栄養摂取状況及び生活習慣の状況を把握

●身体の状態

・男性の20歳以上の肥満者(BMI \geq 25 kg/m²)の割合は31.5%であり、平成25年から令和元年の間で有意に増加し、その後有意な増減なし。

●栄養・食生活に関する状況

・20歳以上の野菜摂取量の平均値は256.0 gであり、男性では直近10年間で有意に減少、女性では平成27年以降有意に減少。

●身体活動・運動に関する状況

・20歳以上の歩数の平均値は男性で6,628歩、女性で5,659歩であり、直近10年間で男女とも有意に減少。

●喫煙に関する状況

・現在習慣的に喫煙している者の割合は15.7%であり、男性25.6%、女性6.9%。直近10年間で男女とも有意に減少。

- ・受動喫煙の機会を有する者の割合は、平成 20 年以降有意に減少。

健康日本 21（第三次）での目標の設定を見据えて、地域社会のつながり等の状況を把握

- ・地域の人々が「お互いに助け合っている」と思う者の割合は 41.5%であり、平成 23 年以降有意に減少。
地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合は 31.6%。
- ・地域で共食している者の割合は 19.0%、友人・知人と共食をしている者の割合は 65.2%。

今後とも当協議会の活動にご理解とご支援のほど宜しくお願い申し上げます。

健康日本 21 推進全国連絡協議会

〒105-0021

東京都港区東新橋 2-6-10 大東京ビル 7 階

公益財団法人健康・体力づくり事業財団

総務部 上村、吉永

TEL: 03-6430-9111

FAX: 03-6430-9211

(会員団体の活動を公開しています)

<https://note.com/kenkounippon21/>

(事務局連絡先)

mailbox-21kyogikai@kenkounippon21.gr.jp
