

平成 23 年度食生活改善普及運動実施要綱

1 名称

平成 23 年度食生活改善普及運動

2 趣旨

世界有数の長寿国となったわが国では、生活習慣病の発症や進行を防ぐとともに、単なる長寿ではなく健康寿命を延ばすことを目指していく必要がある。そのためには、生活習慣の改善、とりわけ食生活の改善が重要である。

平成 21 年国民健康・栄養調査結果によれば、野菜の摂取量については、成人で平均 295g、20 歳代では平均 242g と「健康日本 2 1」の目標値である 350g には及ばず、朝食の欠食とともに未だ改善がみられない状況にある。

このため、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、平成 23 年 9 月 1 日（木）から 30 日（金）までの 1 か月に本運動を展開し、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、食生活改善普及運動の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区、市町村並びに関係団体

4 実施期間

平成 23 年 9 月 1 日（木）～30 日（金）

5 重点活動の目標

「健康日本 2 1」の数値目標に掲げられている「朝食の欠食率の減少」、
「野菜の摂取量の増加」については、現状と計画の目標値との間に依然として乖離がみられる。このため、「健康日本 2 1」の重点プロジェクトとして、適度な運動、適切な食生活、禁煙に焦点をあてたすこやか生活習慣国民運動の平成 21 年度の取組として、「野菜不足の解消」、「朝食習慣」をはじめとした 5 つの行動変容を促すためのコミュニケーションの手引きを作成したところである。手引きでは、効果的に行動変容を起こさせるために、行動変容のステージが準備・行動期にある人々をターゲットに、具体的なメッセージを発信することを推奨している。

本年度は、幅広い企業・団体連携を主体とした取組「Smart Life Project^{*1}」のアクションの一つである「Smart Eat で健康寿命をのばしましょう。」の下、「野菜不足の解消」と「朝食を食べること」を目標に取組を行う。

6 実施方法

(1) 厚生労働省

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、政府公報等の活用を図るほか、関係機関との連携の下、食生活改善に関する普及啓発を図るとともに、「Smart Eat で健康寿命をのばしましょう。」の啓発メッセージを取り入れたポスターによる普及啓発を図る。

(2) 都道府県、政令市、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、政令市、特別区及び市町村は、関係部局及び関係団体との連携を密にしつつ、それぞれの地域の実情に応じ、「コミュニケーションの手引き^{*2}」の提案を踏まえた、野菜や朝食摂取に関するわかりやすく行動変容につながりやすい行動目標や普及啓発などの企画により重点活動の目標に関する効果的な運動を展開する。

また、同時期に実施する「健康増進普及月間」と連携を図り、総合的な推進を図る。

*1 「Smart Life Project」については、厚生労働省ホームページに掲載しているので参照されたい。

(<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r98520000012r37.html>)

*2 「コミュニケーションの手引き」を作成するにあたって行った調査及びその分析等に関する参考資料については、厚生労働省ホームページに掲載しているので参考にされたい。

(http://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/communication_manual/index.html)