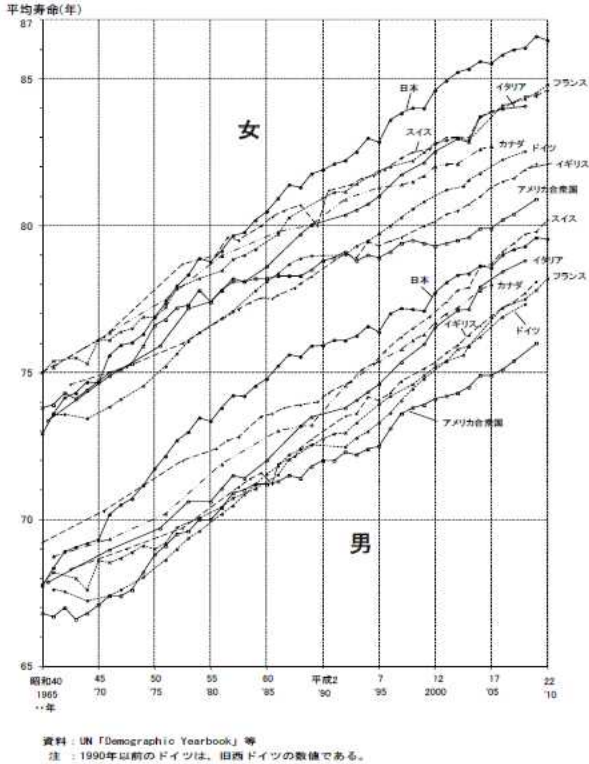


# 健康・栄養に関する現状 及び主な施策

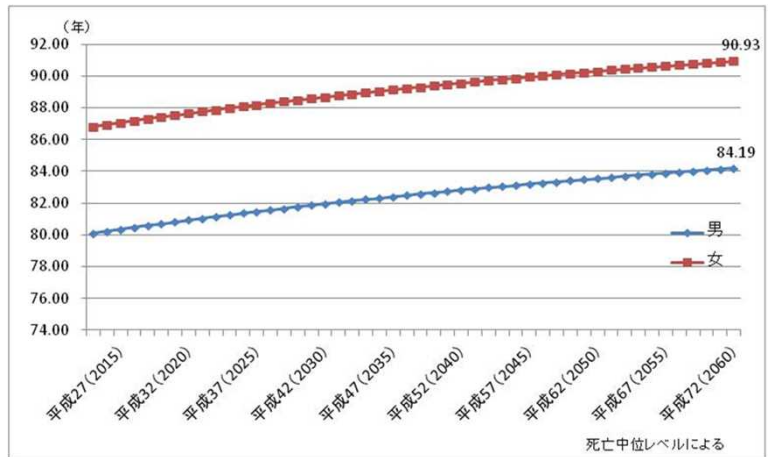
# 健康・栄養に関する現状

## < 平均寿命と健康寿命 >

### 平均寿命の各国比較



### 平均寿命の将来推計



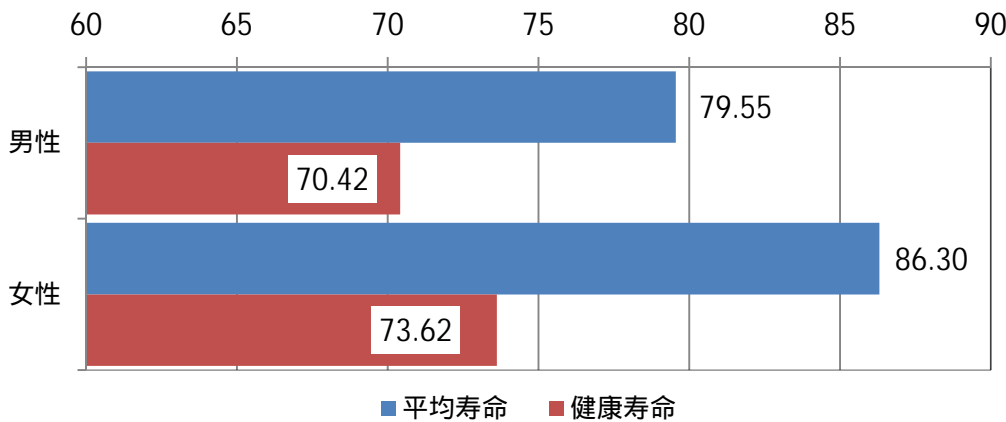
資料：国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」

(出典：厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

(出典：厚生労働省「第21回生命表(完全生命表)の概況」)

### 平均寿命と健康寿命の差

(年)

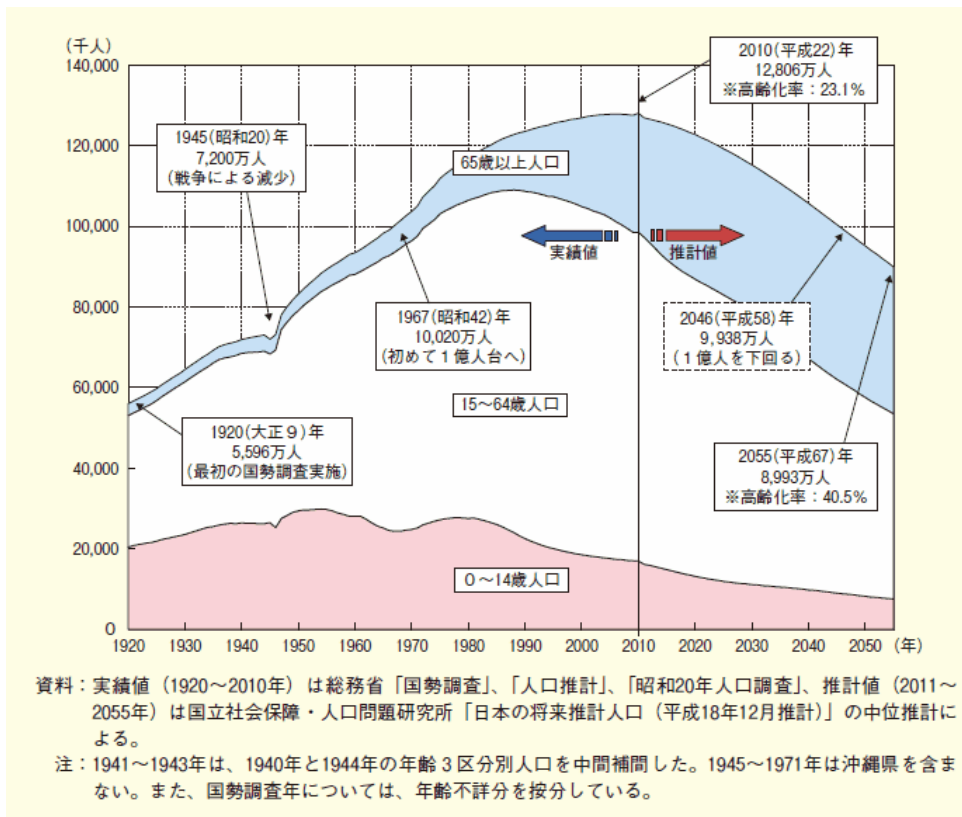


健康日本21(第二次)  
< 目標：健康寿命の延伸 >  
平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加  
(平成34年度)

(資料：平均寿命(平成22年)は、厚生労働省「平成22年完全生命表」  
健康寿命(平成22年)は、厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」)

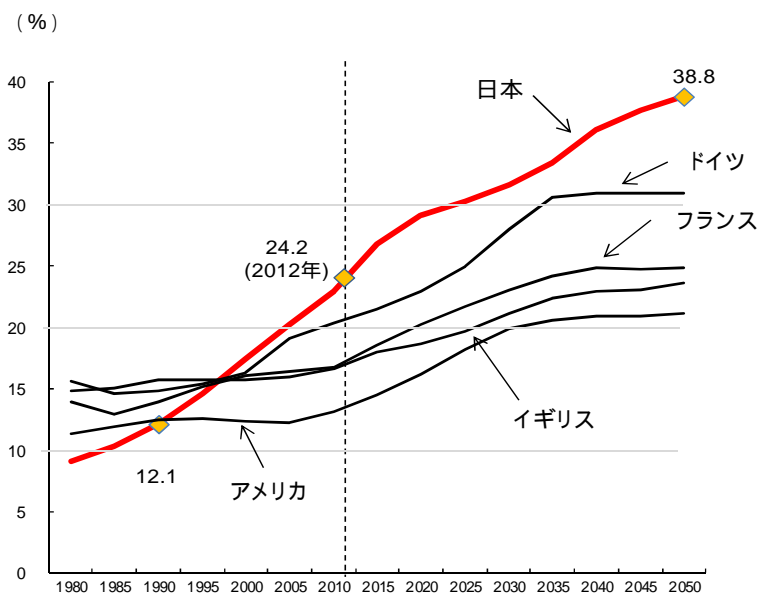
(出典：厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

# 日本の人口構造変化



(出典：厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

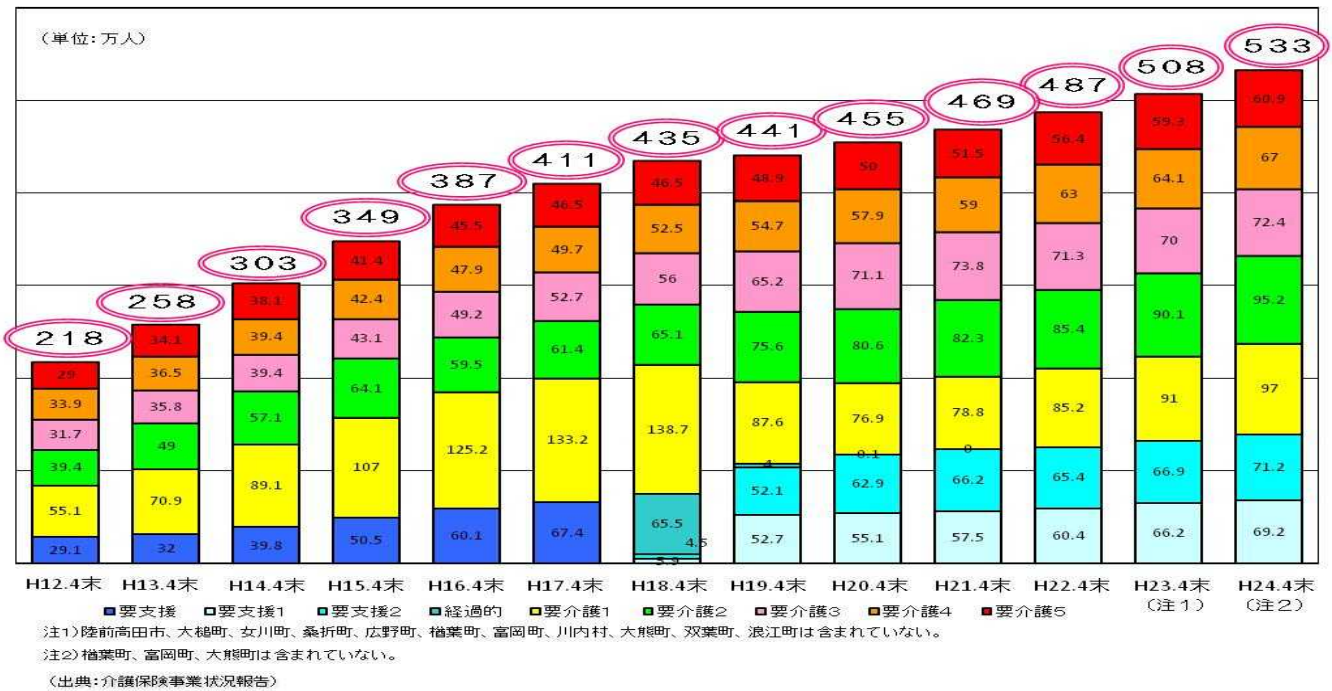
## 65歳以上の割合の各国比較



(出典) 高齢化率：日本については、総務省「国勢調査」及び国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成24年1月推計)」による。諸外国については、国際連合「World Population Prospects」による。

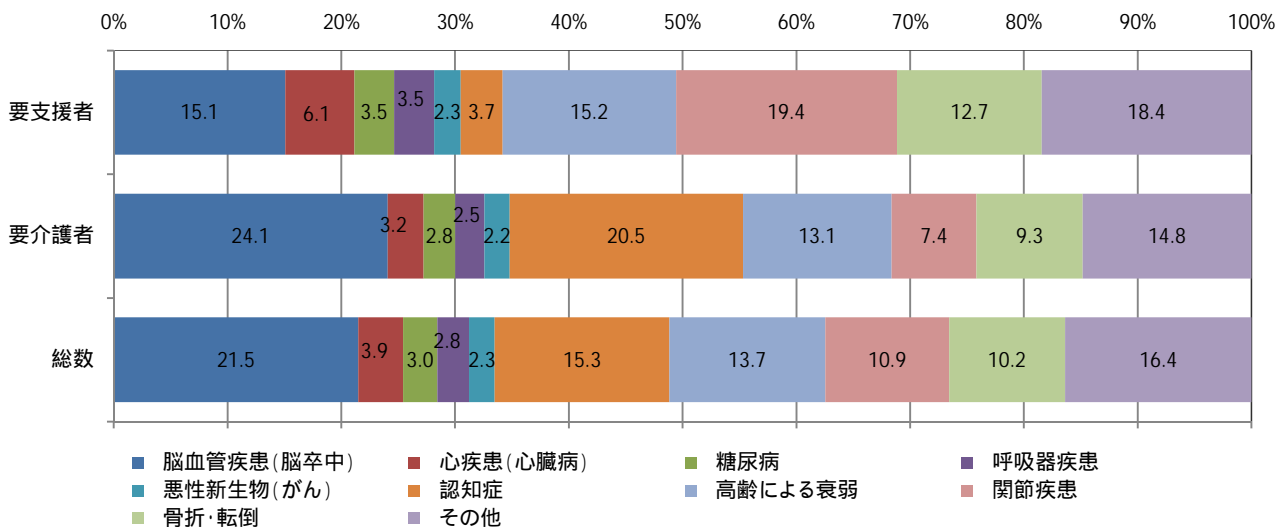
(出典：厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

# 要介護度別認定者数の推移



(出典:「社会保障制度改革国民会議(第10回)」(平成25年4月22日開催))

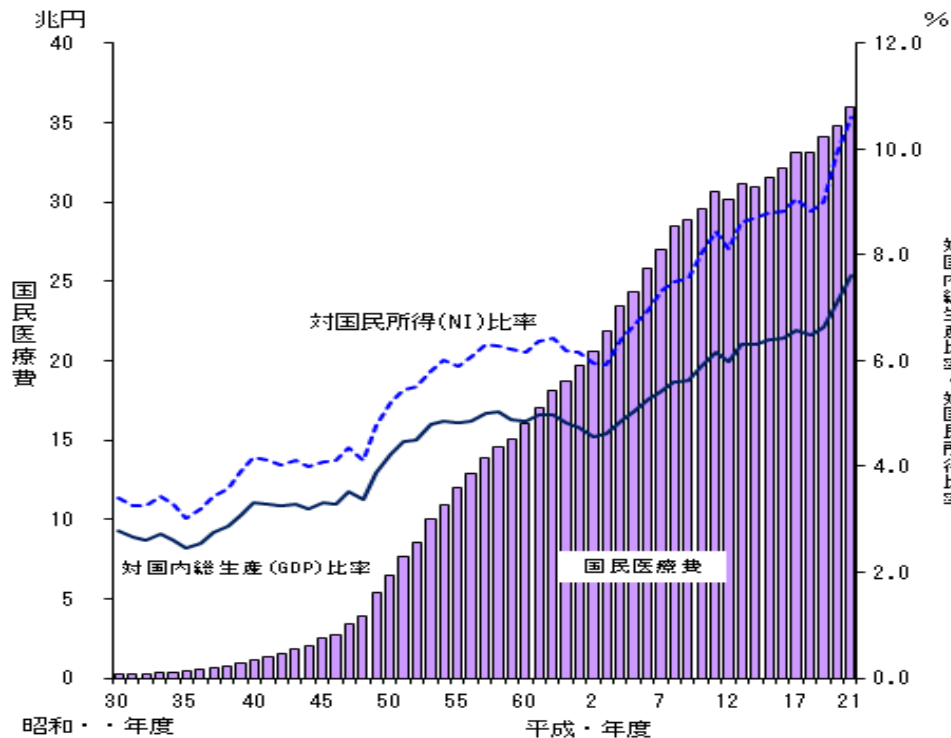
# 要介護度別にみた介護が必要となった主な原因



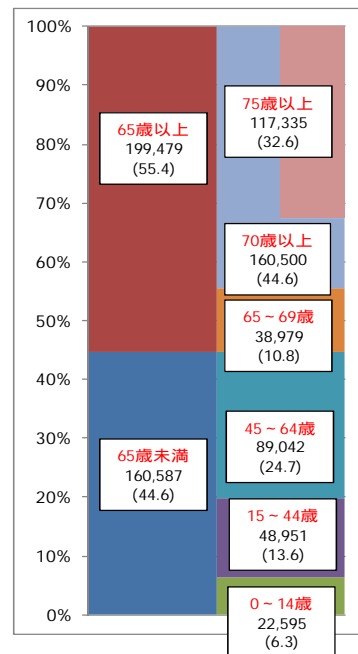
(出典: 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

# < 生活習慣病の現状 >

## 国民医療費の年次推移



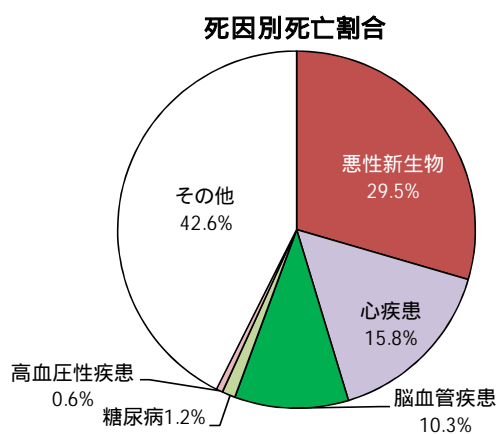
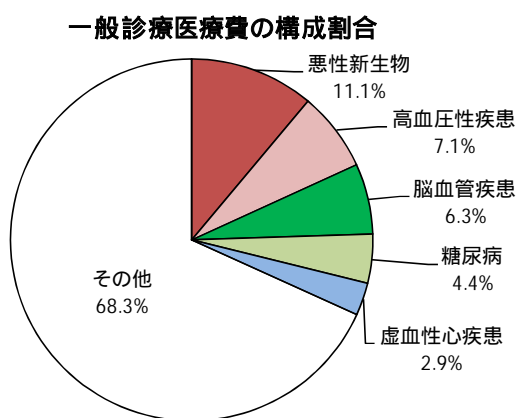
## 年齢階級別国民医療費



(資料: 厚生労働省「平成21年度国民医療費の概況」)

(出典: 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

## 生活習慣病の医療費に占める割合と死亡割合

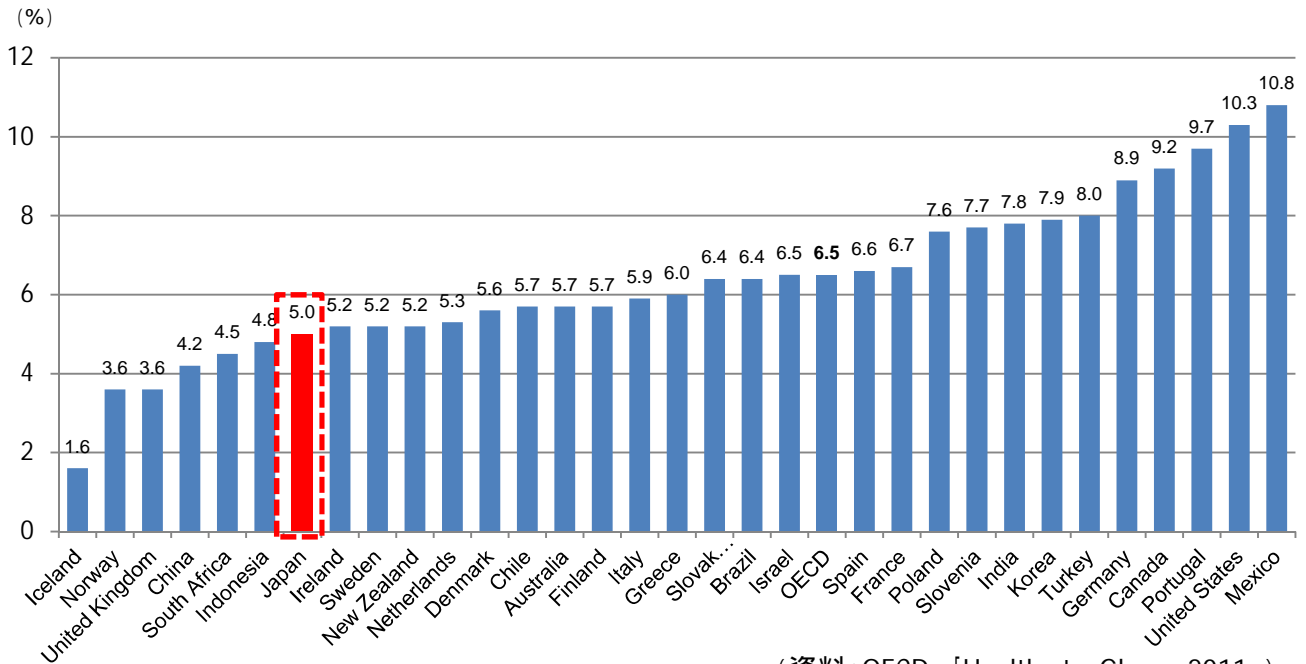


(資料: 厚生労働省「平成21年度国民医療費」)

(資料: 厚生労働省「平成22年人口動態統計」)

(出典: 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

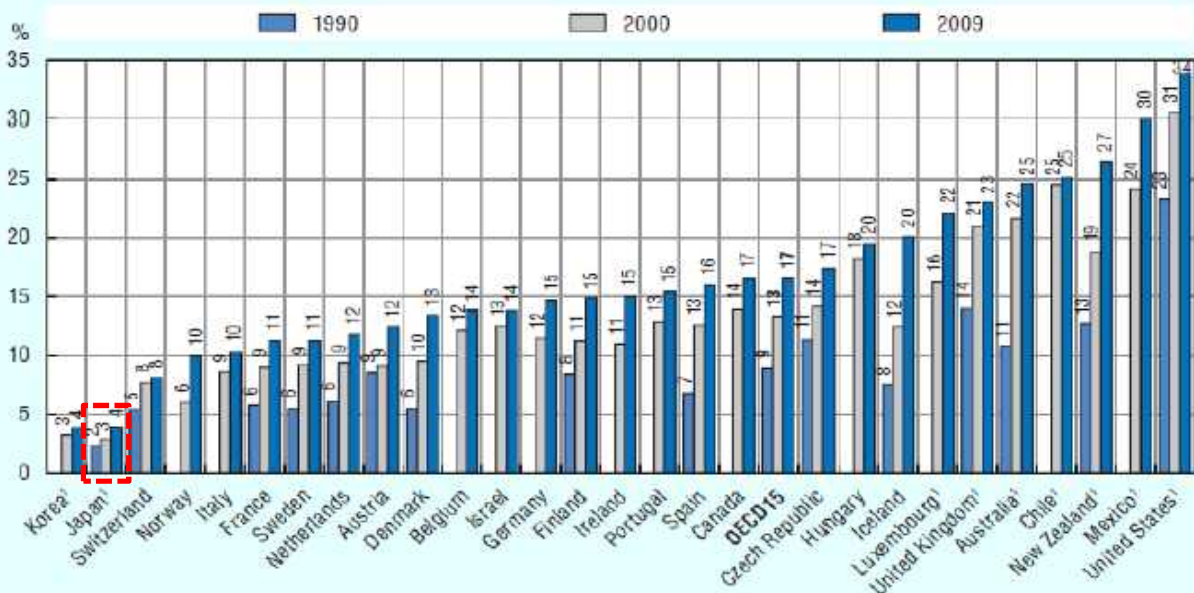
## OECD加盟国における糖尿病の推定有病率



(資料: OECD 「Health at a Glance 2011」)

## OECD加盟国における成人の肥満 (BMI 30) の状況

Increasing obesity rates among the adult population in OECD countries, 1990, 2000 and 2009 (or nearest years)



Information on data for Israel: <http://dx.doi.org/10.1787/888932315602>.

1. Data are based on measurements rather than self-reported height and weight.

Source: OECD Health Data 2011.

(出典: 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」)

# 特定健康診査・特定保健指導の実施状況

## 趣 旨

高齢者の医療の確保に関する法律(昭和57年法律第80号)に基づき、平成20年度から、特定健康診査・特定保健指導制度が実施されている。実施主体である保険者は、年度毎の実施状況を、実施年度の翌年度の11月1日までに社会保険診療報酬支払基金に報告することとされている。

## 平成23年度実施状況(速報値)の概要

### 特定健康診査の実施率

平成23年度の特定健康診査の対象者数<sup>1</sup>は約5,253万人で、受診者数<sup>2</sup>は約2,363万人であり、特定健康診査の実施率は45.0%であった。

- 1 当該年度の4月1日における加入者であって、当該年度において40歳以上74歳以下に達する者のうち、年度途中における異動者(加入、脱退)及び平成20年度厚生労働省告示第3号に規定する各項目のいずれかに該当する者(妊産婦等)と保険者が確認できた者を除いた者の数。
- 2 特定保健指導の対象となるか否かについて、健診項目によって確定できる者の数。

### 特定保健指導の実施率

特定健康診査を受けた者のうち、特定保健指導の対象者になった者の割合は、17.8%であった。特定保健指導対象者のうち特定保健指導を終了した者の割合は15.9%であった。

### メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合

特定保健指導対象者の基準の元となるメタボリックシンドローム該当者<sup>3</sup>及び予備群<sup>4</sup>割合は26.6%であった。

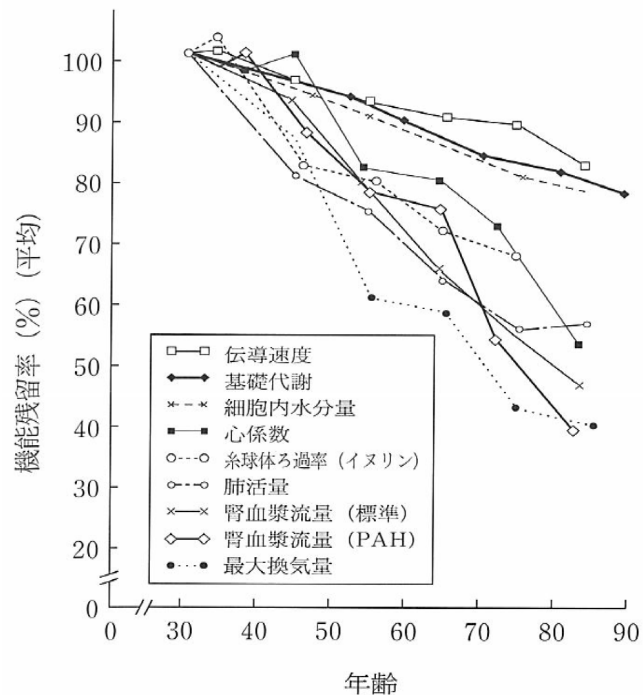
- 3 内臓脂肪の蓄積(腹囲測定等)に加え、血中脂質、血圧、血糖の基準のうち、2つ以上に該当する者。
- 4 内臓脂肪の蓄積(腹囲測定等)に加え、血中脂質、血圧、血糖の基準の1つに該当する者。

## メタボリックシンドローム該当者及び予備軍の人数・割合

	人数	割合
23年度 速報値	6,296,687	26.6%
22年度 確報値	5,959,723	26.4%
21年度 確報値	5,757,451	26.7%
20年度 確報値	5,418,272	26.8%

## < 高齢者の状況 >

### 加齢に伴う生理機能の低下



(shock, 1971 ; 30歳を100%とする)

(出典:井口昭久編「これからの老年学 サイエンスから介護まで(第二版)」)

### 加齢に伴う食に関する心身の変化

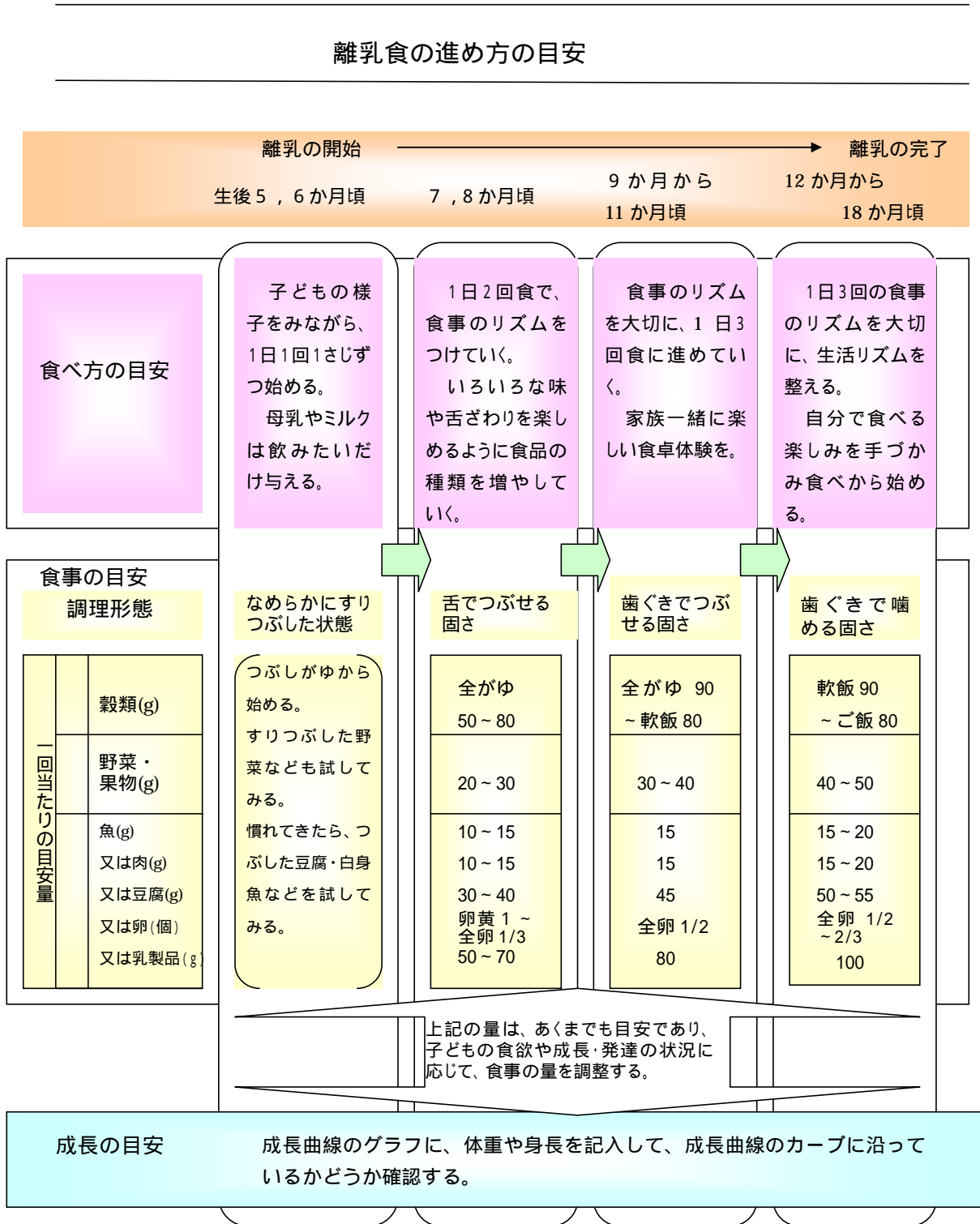
- ・食欲がなくなる(または食嗜好が変わる)
- ・味覚が変化する
- ・唾液の分泌が減少する
- ・口渇感が鈍くなる(中枢神経の鈍化)
- ・咀嚼機能が低下する
- ・嚥下機能が低下する
- ・上肢・下肢・体幹の筋力が低下する
- ・消化・吸収機能が低下する
- ・排泄機能が低下する

(出典:江頭文江、阿部充宏「チームで実践 高齢者のケア・マネジメント」)



# < 離乳食の状況 >

## 離乳食の進め方の目安



(出典:厚生労働省雇用均等・児童家庭局「授乳・離乳の支援ガイド」)

# ベビーフードの表示に関する自主基準 (平成20年11月日本ベビーフード協議会)

## 1. 目的

この自主基準(以下「基準」という)はベビーフードの製造、販売に携わる事業者としての良識にもとづき、ベビーフードの表示に関する事項を定めることにより、一般消費者の適正な商品選択を保護し、もって公正な競争を確保することを目的とする。

## 2. 適用の範囲

この基準で「ベビーフード」とは、製品規格の定義2 - 1から2 - 5に適合するものであって「ベビーフード」である旨を表示したものをいう。

- 2-1 この規格において「ベビーフード」とは、乳児および幼児の発育に伴い、栄養補給を行なうとともに、順次一般食品に適應させることを目的として製造された食品をいう。
- 2-2 この規格において「ウェットタイプベビーフード」とは、レトルトパウチ、瓶またはその他容器に密封する前または後に殺菌したもので、そのままもしくは必要に応じ希釈・調理等をして摂食するものをいう。
- 2-3 この規格において「ドライタイプベビーフード」とは、噴霧乾燥、真空凍結乾燥等により乾燥したもので、必要に応じ水またはその他のものによって還元調製して摂食する粉末状、顆粒状、フレーク状、固形状などのものをいう。
- 2-4 この規格において「乳児」とは、1歳未満の児をいい、また「幼児」とは、生後1歳から1歳6ヵ月頃までの児をいう。
- 2-5 この規格において「摂食時」とは、そのままもしくは製品の表示の方法に従って調製し、乳児および幼児が食べられるようにした状態をいう。

## 3. 必要な表示事項

ベビーフードの製造業者、加工包装業者または輸入業者(販売業者が、製造業者、加工包装業者または輸入業者との合意により、製造業者、加工包装業者または輸入業者に代わってその品質に関する表示を行っている場合にあつては、当該販売業者。以下「製造業者等」という)がベビーフードの容器または包装に表示すべき事項は、義務表示事項とその他の表示事項であり、それぞれ次の通りとする。

### 3 - 1 義務表示

下記の項目について背景の色と対照的な色を用いて容器包装に表示する。ただし厚生労働省が指定した「アレルギー特定原材料等」については「アレルギー特定原材料」に限らず、すべての原材料について消費者に分かりやすく表示する。

- 1) 名称または品名
- 2) 原材料名
- 3) 殺菌方法(法令等により表示が義務づけられているものに限る)
- 4) 内容量
- 5) 賞味期限
- 6) 保存方法
- 7) 原産国名(輸入品に限る)
- 8) 製造業者等の氏名または名称および住所

### 3 - 2 その他の表示

(中 略)

#### 6) 一回分の目安量

必要に応じ、離乳の進行状況に応じた適切な利用方法および一回分の目安量を表示する。

#### 7) 対象時期

対象発育時期および(あるいは)適用月齢を表示する。

#### 8) 物性

必要に応じ、液状、流動状、なめらかにすりつぶした状態、舌でつぶせる固さ、歯ぐきでつぶせる固さまたは歯ぐきで噛める固さ等を表示する。

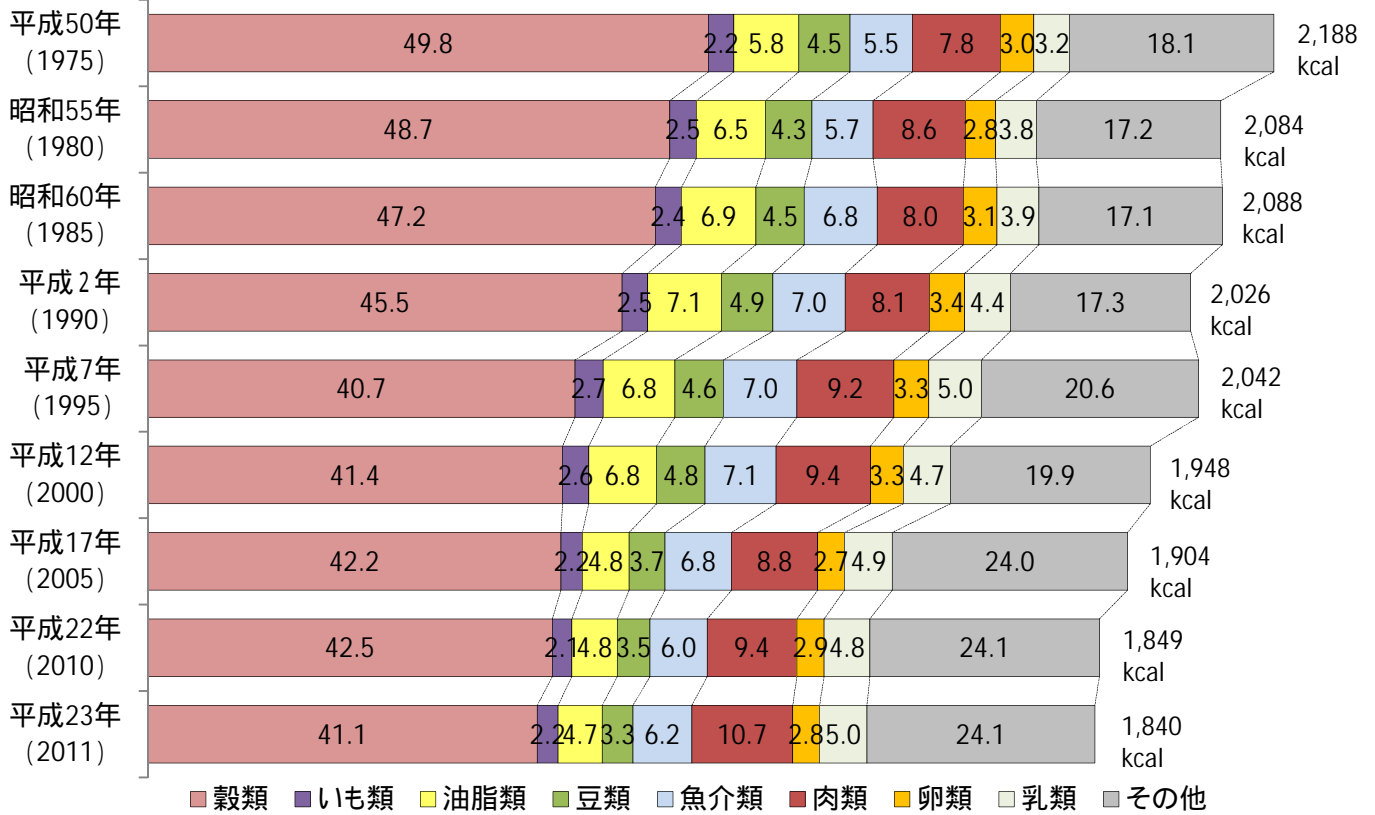
(後 略)

(出典:日本ベビーフード協議会HPより)

(<http://www.baby-food.jp/standard/pdf/food07.pdf>)

## < 食品群別摂取量、栄養素等摂取量の推移 >

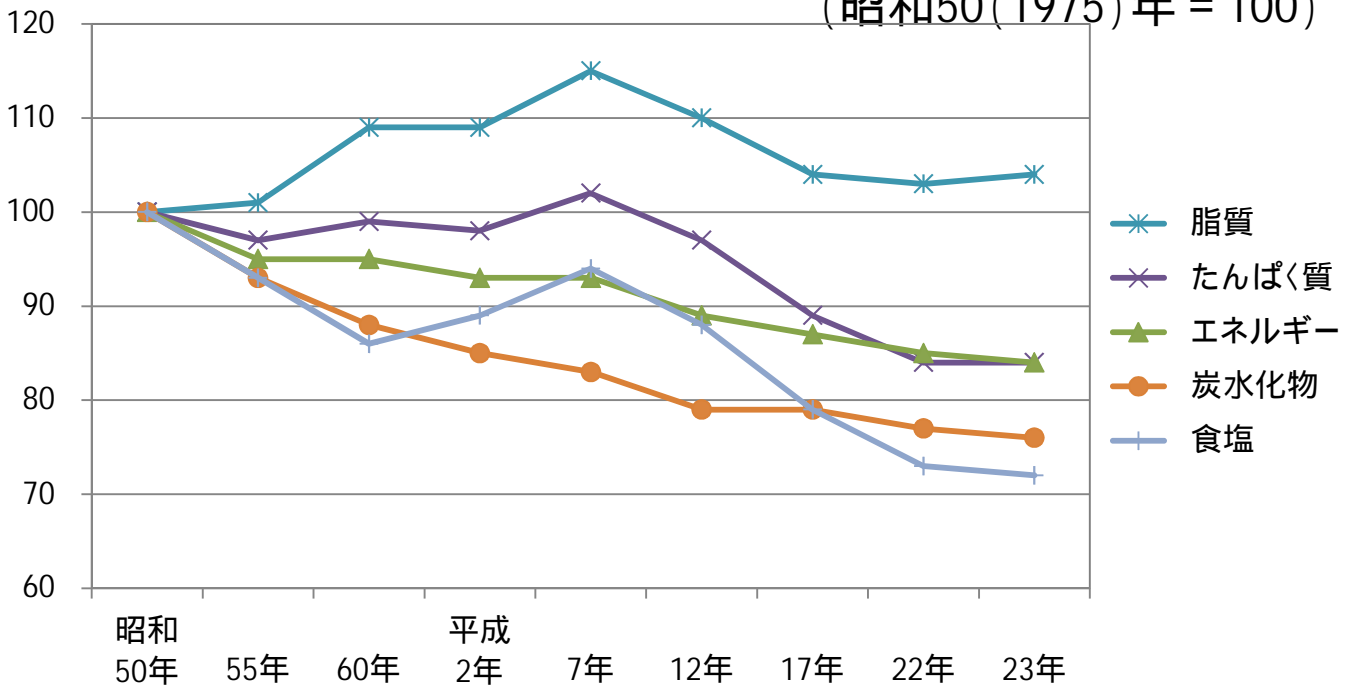
### エネルギーの食品群別摂取構成 (%)



(資料:厚生労働省「国民健康・栄養調査」)

### エネルギー及び主要栄養素等摂取量の推移

(昭和50(1975)年 = 100)



(資料:厚生労働省「平成23年国民健康・栄養調査」)

# 調理・食文化等に関する現状

## 加熱調理の分類

調理法	加熱法	熱媒体	特徴
煮る ゆでる	水の中で加熱する	水	100 までの温度 食品中の水分が蒸発しない
蒸す	蒸気の中で加熱する	水蒸気	100 までの温度 食品の水分が蒸発する
焼く 直火焼き 熱板焼き オープン焼き	熱源にかざしたり、フライパン、オープンなどで加熱する	空気または金属板等	100 ~ で加熱する 食品の水分が蒸発する
揚げる	油の中で加熱する	油	150 ~ 200 で加熱する 水分が蒸発し、油が吸収される

(出典:山崎清子他「NEW 調理と理論」)

## 煮物の種類(調味の仕方と煮方の違いによる)

種類	方法と例
湯煮 またはゆで煮	加熱するだけを目的として熱湯の中でゆでる。吸い物椀種、あえ物の材料に用いることが多い。洋風料理では野菜のだし汁の中で煮て、汁は使わない。
白煮 青煮	塩と砂糖で調味料の色がつかないように煮上げる。うどん、ふき、さやえんどうなど。
塩煮	塩または塩とこしょうを用いる。
醤油煮	醤油で味をつけ、食品によっては砂糖、酒やみりんを用いることもある。煮方によって、次のような種類に分けられる。
a1 煮しめ	根菜類などの野菜を、形をくずさず煮汁の残らないように味を十分しみこませて煮上げる。
a1 煮つけ	煮しめより短時間に煮上げるので煮汁は少なくする。魚を煮る場合に多く用いる。
b うま煮	野菜や鶏肉、魚、貝類の上質のものを煮しめより甘味をきかせて煮上げる。食品の取り合わせ、色、形などの調和も良くする。
c 照り煮	砂糖や醤油の煮汁を煮立て、その中に、すでに加熱した食品を加えてさっと煮上げる(ごまめ)。
d 炒め煮	少量の油を熱して材料を炒めてから調味して短時間に煮上げる。
e つくだ煮	保存を目的とし、調味を濃厚にして水分が少なくなるように煮上げる。
f くず煮	長時間煮ると、硬くなったり、口ざわりが悪くなる食品や短時間煮たものでは味がしみにくい食品を煮る場合、煮汁に、でんぷんを加えて「あん」にし、食品の表面にかける。吉野煮、桜煮ともいう。
砂糖煮	甘味を主とした煮物で、砂糖の味をひきたてるために塩や醤油を、ごく少量用いる場合もある。煮豆や「きんとん」の煮方である。
酢煮	酸味を主とした煮物で塩、砂糖を配合する。れんこん、うどん、ごぼうなどに用いる。
味噌煮	味噌味を主としたもので砂糖、酒や少量の醤油を用いることもある。生臭味や脂肪の多い魚、または肉などに用いる。
いり煮	調理して加熱しながら、かき混ぜて水分を蒸発させる。でんぷ、おから、ある種のいり卵。
含め煮	食品が十分浸る程度の煮汁の中で煮る。ある程度、やわらかくなったら火からおろして余熱と調味料の拡散を利用して食品の中まで味を浸透させる。煮くずれやすいもの、長く煮ると色の悪くなるものなどに応用する。いも類、くりなど。
煮込み	比較的大切りにした食品に、これが十分浸るくらいのだし汁を入れて調味し弱火でゆっくり煮込む。おでん、ロールキャベツ、シチューなどは代表的なものである。
鍋物	たっぷりのだし汁または調味した汁の中で煮ながら食べる。

(出典:山崎清子他「NEW 調理と理論」)

# だし汁の種類と主なうまみ成分

	材料	使用量%	主なうまみ成分
和風	かつお節	一番だし 2 ~ 4	5'-イノシン酸 (IMP) ヒスチジン
	かつお節 一番だしのだしがら	二番だし 4 ~ 8	同上
	こんぶ	2 ~ 5	MSG
	かつお節 こんぶの混合だし	1 ~ 2 1 ~ 2	5'-イノシン酸 (IMP)・ グルタミン酸ナトリウム (MSG)
	煮干	3	5'-イノシン酸 (IMP)
洋風	牛のすね肉 にんじん たまねぎ セロリ、香草 塩	30 ~ 40  20  0.5	グルタミン酸ナトリウム (MSG)  5'-イノシン酸 (IMP) 有機塩基
	鶏の骨 牛のすね肉 野菜 香草	30 20 20 ~ 30	同上
中国風	老鶏肉 豚肉 (脂肪の少ない肉) ねぎ しょうが 酒	20 20 3 0.7 2	同上

(出典: 山崎清子他 「NEW 調理と理論」)

# 世界のうま味マップ



○ 発酵している豆、または穀類から作られたうま味を含む食物が調味料。通常、ペーストが液体のどちらかの形で使います。
 ○ 発酵させた魚、海老、または、その他の魚介類で作ったうま味調味料。ペーストが液体のどちらかの形で使います。
 ○ 他の原料から作られたうま味を含む食物。

(出典: 特定非営利活動法人 うま味インフォメーションセンターHPより)  
 (<http://www.umamiinfo.jp/2012/03/world-umami-culture.php>)

## 食品の特徴(諸外国の食品成分表との比較)

米国・2010 <sup>*1</sup>		英国・2002 <sup>*2</sup>		日本・2010 <sup>*3</sup>	
食品群	食品数	食品群	食品数	食品群	食品数
乳製品・卵製品	254	穀類・穀類製品	383	穀類	138
香辛料・ハーブ	61	乳・乳製品	283	いも及びでん粉類	40
乳幼児用食品	333	卵類	31	砂糖及び甘味類	23
油脂類	220	野菜類	786	豆類	73
鶏肉製品	337	果実類	280	種実類	37
スープ、ソース、肉汁類	515	種実類	52	野菜類	326
ソーセージ、ランチョンミート	234	香辛料・ハーブ	61	果実類	157
朝食用シリアル	372	乳幼児用食品	29	きのこ類	36
果物・果実飲料	327	魚・魚類製品	316	藻類	47
豚肉製品	341	肉類・肉製品	751	魚介類	388
野菜・野菜製品	816	油脂類	53	肉類	244
種実製品	129	飲料類	92	卵類	20
牛肉製品	785	アルコール飲料類	48	乳類	52
飲料類	279	砂糖・砂糖漬・スナック類	105	油脂類	22
魚類・貝類製品	266	スープ・ソース・その他	153	菓子類	120
豆類・豆類製品	378			嗜好飲料類	55
羊・仔牛・鳥獣製品	353			調味料及び香辛料類	84
ベーカリー	785			調理加工食品類	16
甘味類	344				
穀類製品	184				
ファストフード	395				
加工食品	95				
スナック	171				
エキストラクト	165				
外食製品	55				
25群	8194	15群	3423	18群	1878
生 : 196 生以外 : 620		生 : 149 生以外 : 637		生 : 161 生以外 : 165	

\*1 米国 (<http://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list#>)

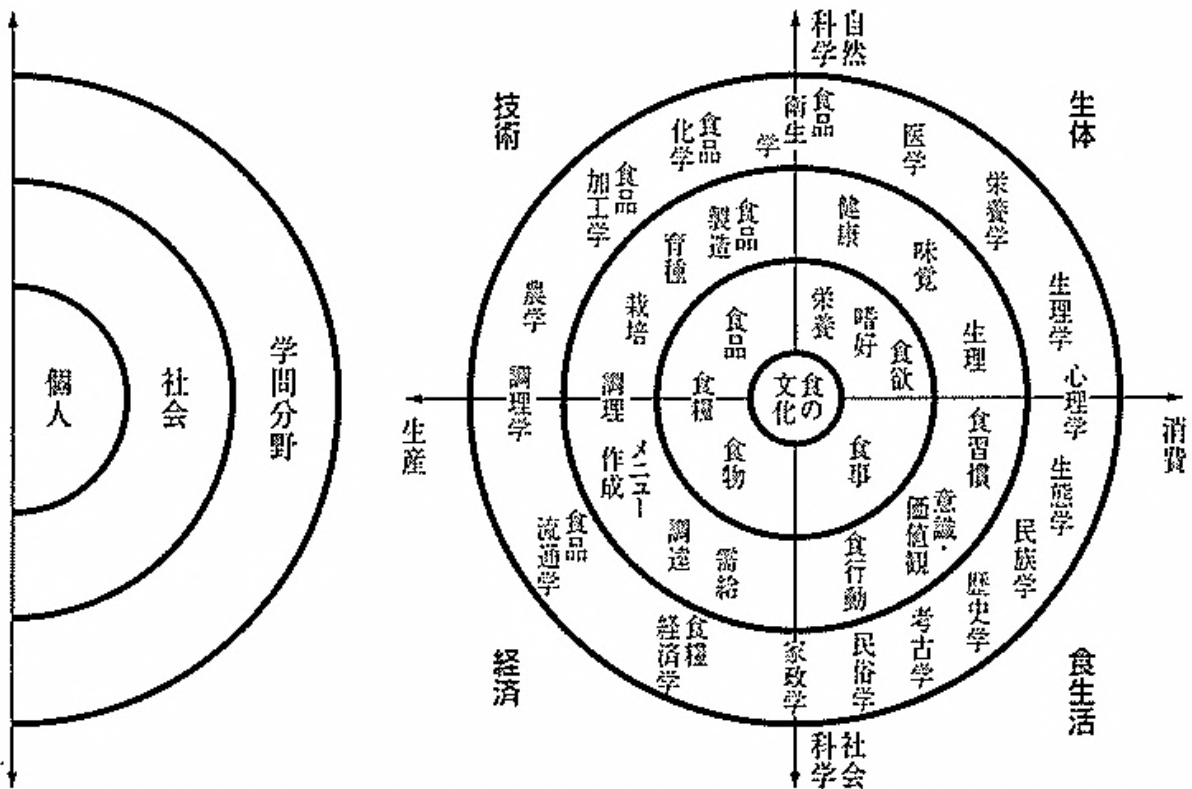
\*2 英国 (<http://tna.europarchive.org/20110116113217/http://www.food.gov.uk/science/dietarysurveys/dietsurveys/>)

\*3 日本 「日本食品標準成分表2010」(文部科学省 科学技術・学術審議会 資源調査分科会報告)

# 食の文化

食べることは「文化」である。「文化」という用語の定義にはさまざまあるが、ここでいう文化とは、多くの文化人類学者の間に共通する概念、「生物としてのヒトに遺伝的にくりこまれた行動ではなく、人類の集団のなかで後天的に取得しなければならない行動である」とする。そうしてみると、人間の行動のほとんどは文化的な行為であるということが出来る。

睡眠に対する欲求や性欲とならんで、食欲は人が生きつづけるための基本的な欲求としての本能に位置づけられるが、人間の食事は、動物の食事とは異なる側面がある。人間が「食べる」ということには、食物を生産し、加工し、あるいは食物を器に盛って食べる、食べ方を規定する食事作法などさまざまな事柄がつきまわっている。それらの食事にまつわる技術や食事においての人間のふるまい方の多くは、本能として遺伝的に伝達されることではなく、ヒトが生まれたあとに学習した、文化的な行為である。

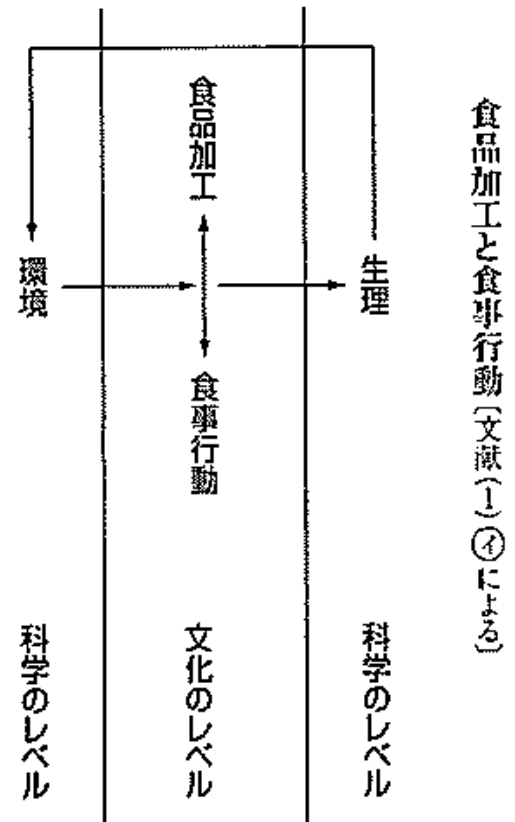


食の文化マップ(文献①②③の図を改訂)

(出典:石毛直道監修「講座食の文化 第一巻 人類の食文化」)

## 食の文化の形成

人間が食物を食べる、ということの手順を整理したのが右図である。口に入れるための食物は環境のなかから求める。そのための活動として狩猟、採集、漁撈、牧畜、農耕などの食物獲得法と生産に関する分野がある。この分野の研究は、主として農学関係の自然科学の対象となってきた。いっぽう、料理された食物を口に入れたあとの消化や栄養については、生理学を中心とする自然科学の研究対象となってきた。この環境と生理との間の領域には、料理を中心とする食品加工と共食を中心として発達してきた食事行動という、きわめて文化的な現象が存在している。個体単位に食事をし、料理をしない動物の食事では、環境と生理が直結しているといえる。右図の環境と生理の間にはさまれた領域を拡大してきたのが人間の食の文化の歴史である。



(出典:石毛直道監修「講座食の文化 第一巻 人類の食文化」)

## 料理と共食の文化

動物と、文化を持った動物である人間の行動の違いは、言語や道具の使用にあるといわれるが、これらは人間の作り上げた文化の特徴をいいあてている。同じことを食物にかかわる側面から考えると、動物の食行動には認められない人類独自の食行動が食の文化であるといえる。とはいえ、人類の食行動の変異の幅は極めて広い。そのなかで、すべての人類に共通し、しかも人類史の初期にまでさかのぼれる事柄はなんであるかを考えたとき、

「人間は料理をする動物である」

「人間は共食をする動物である」

という二つのテーゼにたどりつく。これが食事文化の研究の出発点となる。

「料理」によって代表される人間のいとなみは、自然の産物である食料に文化を付加する側面、いいかえると食品の加工であり、食に関する物質的側面の話である。一方、「共食」を契機として成立したのは、食べるという人間の本能的ふるまいに文化を付加することであり、食の社会的側面と言える。

「料理」と「共食」という人間に特徴的な二つの文化的な行為をめぐって、食事文化の中核は形成されてきた。

(出典:石毛直道監修「講座食の文化 第一巻 人類の食文化」)



## コメ文化圏とムギ文化圏

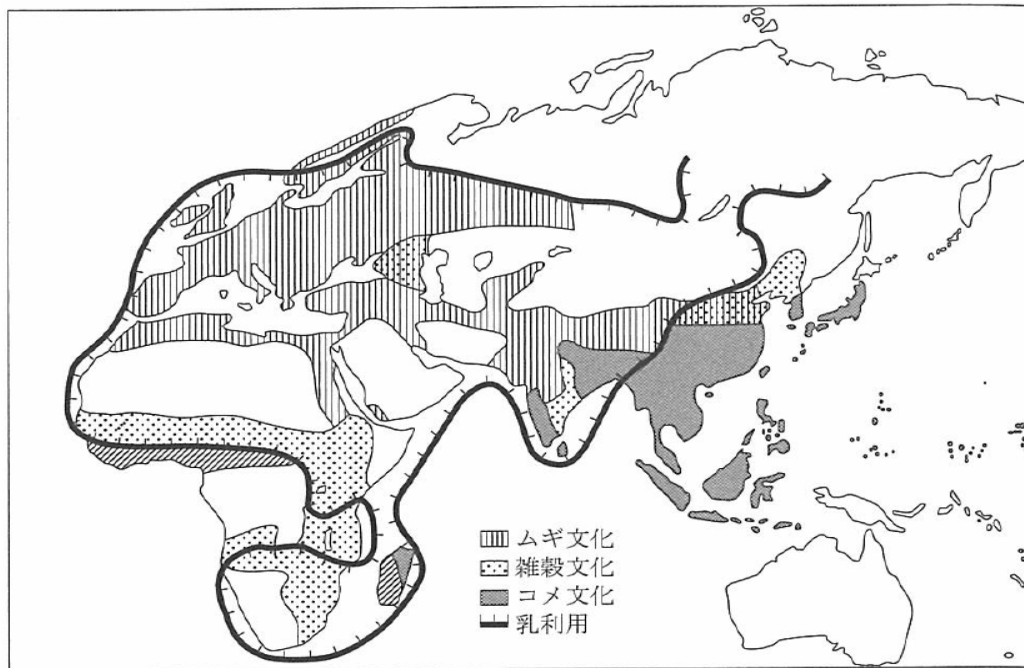


図 コメ文化圏とムギ文化圏

石毛直道編、1973年『世界の食事文化』、ドメス出版刊のP.152～153の  
図1「世界の食文化の四大類型と乳利用」を加工

(出典:原田信男「食べるって何? 食育の原点」)

## 三大食法文化圏

食法	機能	特徴	地域	人口
手食文化圏	まぜる つかむ つまむ 運ぶ	イスラム教圏、ヒンズー教圏、 東南アジアではきびしい手 食マナーがある。人類文化 の根源	東南アジア 中近東 アフリカ オセアニア	40%
箸食文化圏	まぜる はさむ 運ぶ	中国文明のなかで火食から 発生。中国、朝鮮半島で箸と 匙がセット。日本では箸だけ	日本、中国、 朝鮮半島 台湾、ベトナム	30%
ナイフ・フォーク・ スプーン食文化圏	切る 刺す すくう 運ぶ	17世紀フランス宮廷調理の なかで確率。パンだけは手 で食べる	ヨーロッパ 旧ソ連 北アメリカ 南アメリカ	30%

[本田総一郎「橋の本」柴田書店]より

(出典:石毛直道、鄭大聲編「食文化入門」)

# 給食に関する現状

## 事業所給食の例(タニタ食堂の食事)



**汁物**  
満腹感を助けてくれる汁物には、多めの浮き実や具が入っています。塩分は控えめで、メニュー全体にマッチした味付けです。

**副菜(大)**  
野菜をたっぷり摂ることができます。食べ応えがあり、腹持ちがよくなるように考えられています。

**メインのおかず**  
肉や魚、豆腐などの良質なたんぱく質を使ったメインの料理です。米飯がなくても食べられる薄味ながら、素材の旨味を生かして美味しく仕上げました。

**ごはん**  
タニタの社員食堂では、精白米、玄米、胚芽米をローテーションで。丸の内タニタ食堂では、玄米よりも食べやすく、胚芽の栄養豊富な部分だけを残しつつ、カロリーが低い金芽米という専用米を使っています。

**副菜(小)**  
和え物や煮物など、さっと作れるものが中心です。量は少なめですが、この一品で栄養のバランスがよくなります。

(出典：タニタ「丸の内タニタ食堂」)

## 学校給食実施状況(国公立)

区分	全国総数	完全給食		補食給食		ミルク給食		計		
		実施数	百分比	実施数	百分比	実施数	百分比	実施数	百分比	
小学校	学校数	21,628	21,227	98.1	106	0.5	126	0.6	21,459	99.2
	児童数	6,993,376	6,911,387	98.8	16,569	0.2	16,633	0.2	6,944,589	99.3
中学校	学校数	10,749	8,261	76.9	61	0.6	860	8.0	9,182	85.4
	生徒数	3,572,652	2,511,124	70.3	13,049	0.4	312,369	8.7	2,836,542	79.4
特別支援学校	学校数	1,036	903	87.2	1	0.1	11	1.1	915	88.3
	幼児・児童・生徒数	121,815	107,628	88.4	49	0.0	948	0.8	108,625	89.2
夜間定時制 高等学校	学校数	623	371	59.6	123	19.7	1	0.2	495	79.5
	生徒数	105,230	33,258	31.6	7,987	7.6	469	0.4	41,714	39.6
計	学校数	34,036	30,762	90.4	291	0.9	998	2.9	32,051	94.2
	幼児・児童・生徒数	10,793,073	9,563,397	88.6	37,654	0.3	330,419	3.1	9,931,470	92.0

※完全給食：給食内容がパン又は米飯（これらに準ずる小麦粉食品、米加工食品その他の食品を含む）、ミルク及びおかずである給食

補食給食：完全給食以外の給食で、給食内容がミルク及びおかず等である給食

ミルク給食：給食内容がミルクのみである給食

※中学校には中等教育学校前期課程を含む。

資料：文部科学省「学校給食実施状況調査」（平成22年度）

（出典：内閣府「平成25年版食育白書」）

## 主食・主菜・副菜がそろう学校給食

「主食・主菜・副菜」がそろいと、  
栄養のバランスがよくなります



（出典：文部科学省「食生活学習教材（小学校高学年用）」）

# 児童・生徒のための食生活学習教材の例(1)

## 地域の産物と郷土料理を調べてみましょう

日本は南北に長く、春・夏・秋・冬の四季の変化があり、地域や季節によって特色のある産物があります。

昔からわたしたちの祖先は、それぞれの地域の自然(山・川・海・里)にはたらきかけ、四季おりおりにいろいろな産物をつくり、それを利用した料理を生み、うけついできました。

昔の人たちが工夫して生み出した産物や料理は、日本の食文化として大切にし、これからも食べ続けていきたいものです。

**■海の幸【広島】**  
かきの土手なべ  
かき、とうふ、野菜をみそで煮たなべ。

**■海の幸【秋田】** はたはたずし  
日本海の冬の魚、はたはたの飯ずし。

**■海、川の幸【北海道】**  
さけなべ(石狩なべ)  
さけの切り身や頭、はらこ(イクラ)と野菜、とうふなどを入れたみそ味のなべ。

**■山里の幸【長野】**  
そば料理3種  
(左から)太く切った「ほうとう」、熱湯でぬった「そばがき」、「煮込みそば」。

**■海の幸【千葉】**  
いわしのだんごじる  
いわしのすりみだんごを入れたしょうゆ味のしる。

**■里の幸【福岡】**  
がめ煮(筑前煮)  
とり肉と野菜などの煮物。

**■里の幸【京都】** 賀茂なすのでんがく  
賀茂なすを輪切りして油で焼き、甘みそをのせる。

**■里の幸【香川】**  
さぬきうどん  
良質の小麦粉で作るこしのあるうどん。

**■里の幸【沖縄】**  
ゴーヤチャンプルー  
にがうりととうふのいためもの。

(出典:文部科学省「食生活学習教材(小学校高学年用)」)

## 児童・生徒のための食生活学習教材の例(2)

### みんなで行事食を楽しみましょう

行事にはどんなものがあるでしょうか。学校では入学式や運動会、遠足などがあります。昔から伝わる地域のお祭りも行事ですし、家庭でも、正月やひな祭り、誕生日などの行事をするのではないのでしょうか。昔から伝わる行事にはごちそうがつきものです。わたしたちの生活を豊かにする行事を大切に、行事食を楽しみましょう。

<p><b>1月 正月</b></p>  <p>■おせち料理 黒豆、こぶ巻き、ごまめ、田作りなど。</p>	<p><b>2月 節分</b></p>  <p>■節分の食べ物 白大豆を炒り、いわしを焼く。</p>	<p><b>3月 ひな祭り</b></p>  <p>■ひな祭りのごちそう 上：ひしもち、甘酒。 下：ちらしずしなど。</p>	<p><b>4月 花見</b></p>  <p>■花見べんとう 巻きずし、おはぎ、にぎり飯、ゆでたまご、ちくわなど。</p>
<p><b>5月 端午の節句</b></p>  <p>■かしわもち かしわもちやちまきをつくり、夜はしょうぶ湯に入る。</p>	<p><b>6月 田植え</b></p>  <p>■煮しめ 大根、しいたけ、ながいも、こんにゃくなどの煮しめ。</p>	<p><b>7月 七夕</b></p>  <p>■七夕さまのお供え なす、トマトなど夏野菜と七夕まんじゅうを供える。</p>	<p><b>8月 お盆</b></p>  <p>■お盆のお供え そうめんと煮もの、野菜のてんぷらなどを供える。</p>
<p><b>9月 月見</b></p>  <p>■月見のだんご 十五夜には、十五倍のおだんごを供え、すすきを飾る。</p>	<p><b>10月 秋祭り</b></p>  <p>■秋祭り見物のべんとう てんぷらや漬け物、赤飯、煮しめなどを入れる。</p>	<p><b>11月 亥の子</b></p>  <p>■ぼたもち 「唐残り」の神さまをなくさめる大きなぼたもち。</p>	<p><b>12月 冬至</b></p>  <p>■かぼちゃがゆ 冬至まで保存したかぼちゃとあずきを入れたかゆ。</p>

(出典：文部科学省「食生活学習教材(小学校高学年用)」)

# 生産、流通に関する現状

## 各国の消費支出に占める食料関連支出の割合

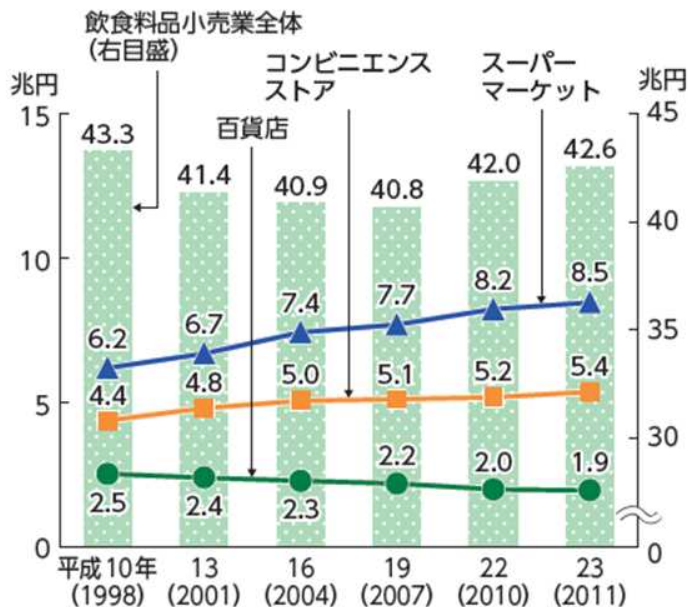
(単位：%) 資料：EU「Household Budget Survey」、米国「Consumer Expenditure Survey」、総務省「家計調査」

	昭和 63 年 (1988)	平成 6 (1994)	11 (1999)	17 (2005)
日本	25.5	24.1	23.7	22.9
米国	15.4	14.5	14.2	13.6
ドイツ	27.0	20.4	17.7	16.0
フランス	23.4	21.6	21.6	18.8
スペイン	35.2	31.7	27.8	27.4
イタリア	29.7	26.5	23.0	22.7
英国	22.8	22.7	19.5	18.1

注：1) 日本は、二人以上の世帯（平成 11（1999）年以前は農林漁家世帯を除く）、米国は夫婦世帯（子どもを含む）、EU 諸国は全世帯  
 2) 消費支出に占める食料関連支出（食料、非アルコール飲料、アルコール飲料、外食）の割合。ただし、ドイツの食料関連支出は、たばこを含む。  
 3) 昭和 63（1988）年のドイツについては西ドイツの数値であり、「外食・宿泊」のすべてを外食として計上

(出典：農林水産省「平成23年食料・農業・農村白書」)

## 業態別の食料品販売額の推移

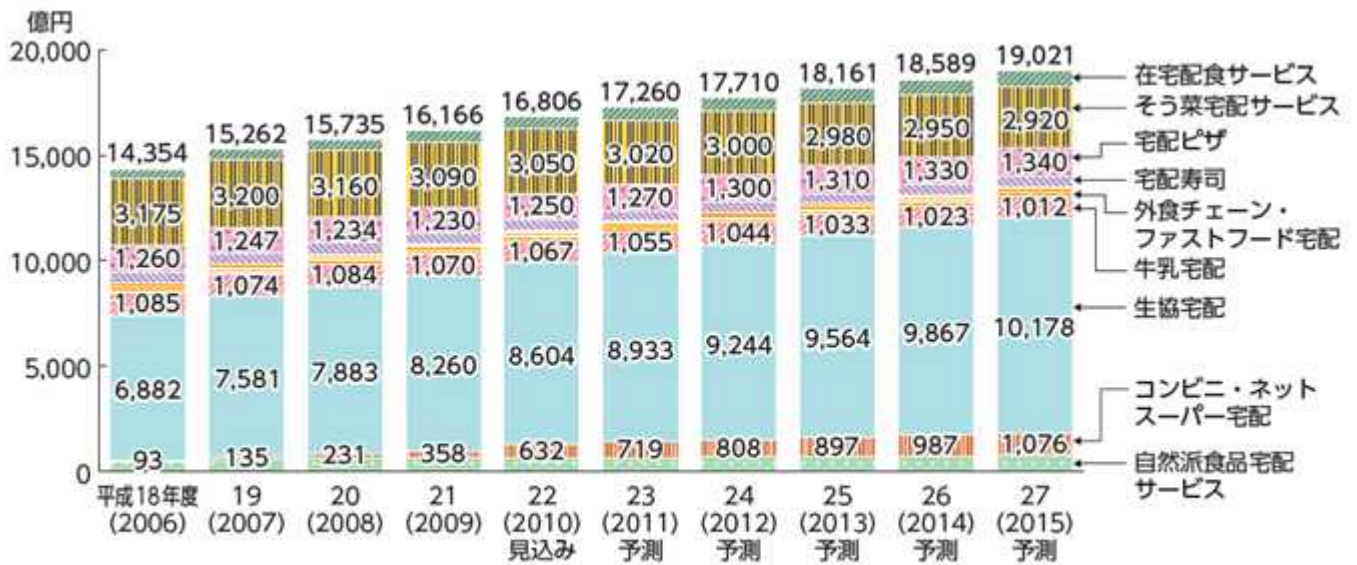


資料：経済産業省「商業動態統計調査」

- 注：1) 百貨店及びスーパーマーケットは、飲食料品の販売額。  
 2) コンビニエンスストアは、ファストフード、日配食品及び加工食品の販売額合計。  
 3) スーパーマーケットは大型小売店販売のうちスーパーの値。  
 4) 飲食料品全体の値は、総販売額であり非食品の販売額を含む。

(出典：農林水産省「平成24年食料・農業・農村白書」)

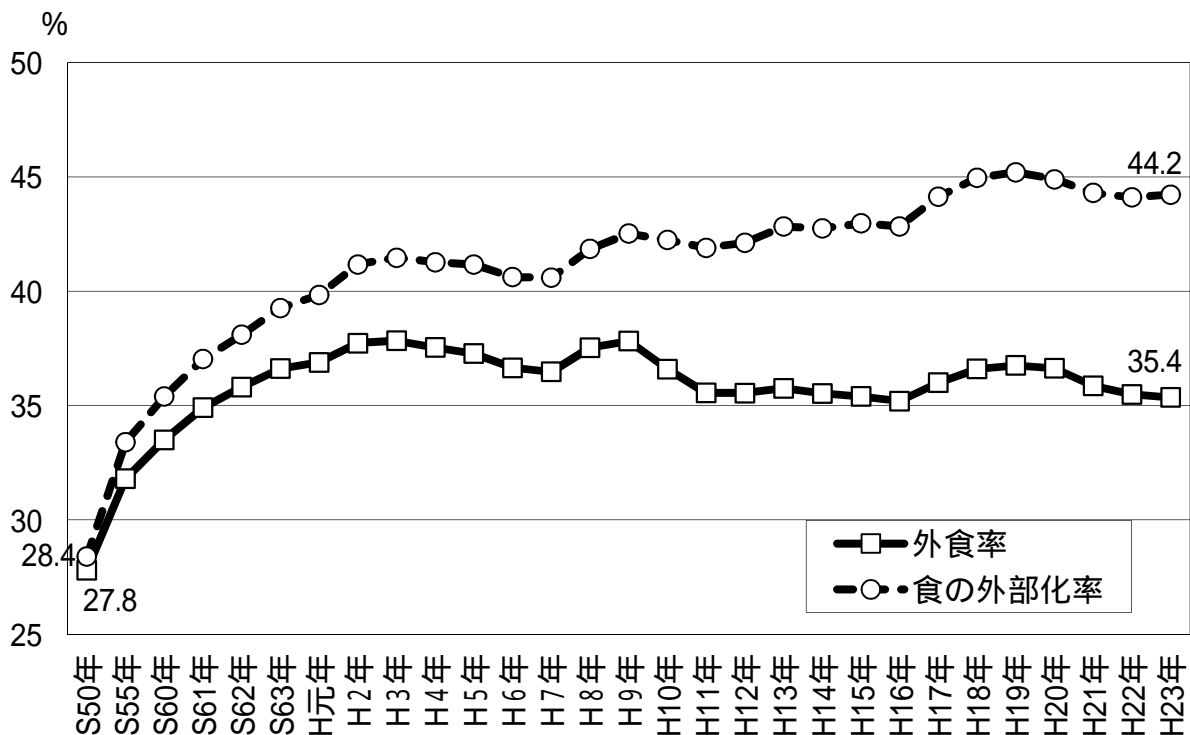
## 食品宅配の市場規模及び業種別構成の推移



資料：(株) 矢野経済研究所「食品宅配市場に関する調査結果 2011」  
 注：1) 企業売上高ベースの数値。  
 2) 平成23(2011)年3月に発生した東日本大震災の影響は考慮していない。

(出典：農林水産省「平成24年食料・農業・農村白書」)

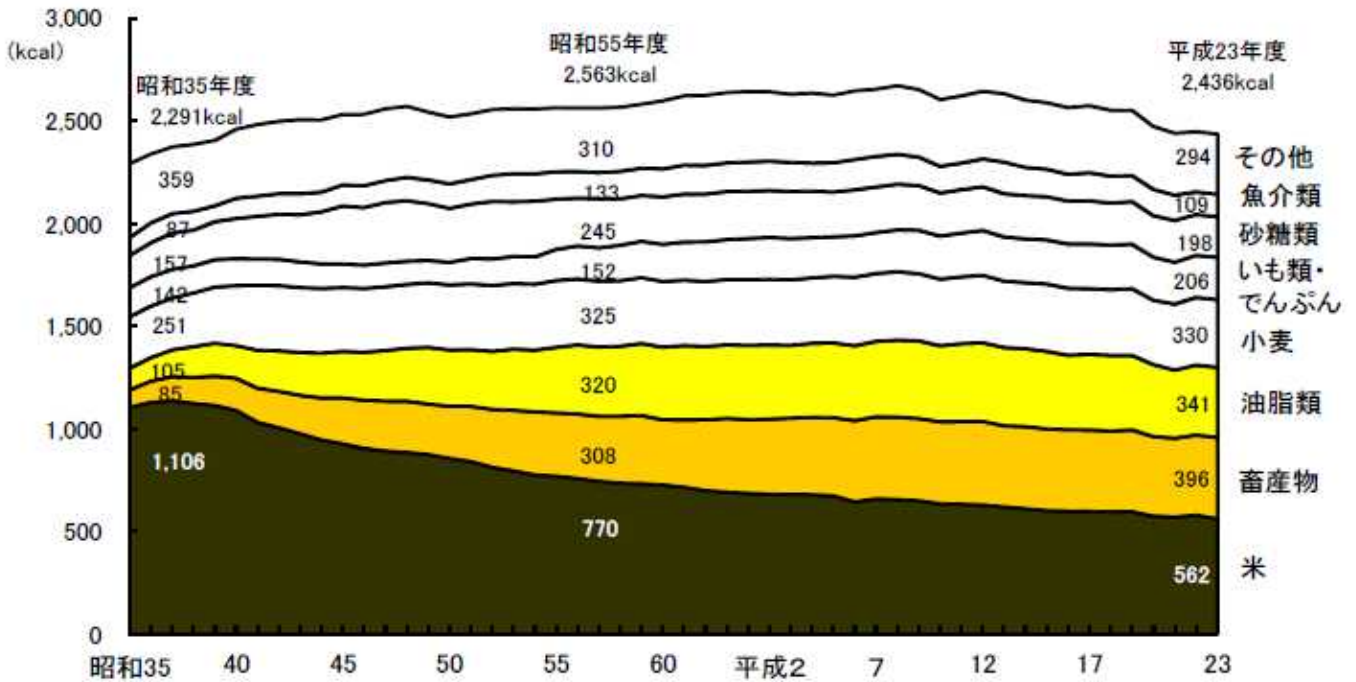
## 外食率、食の外部化率の推移



(出典：(財)食の安全・安心財団附属機関外食産業総合調査研究センターによる推計)

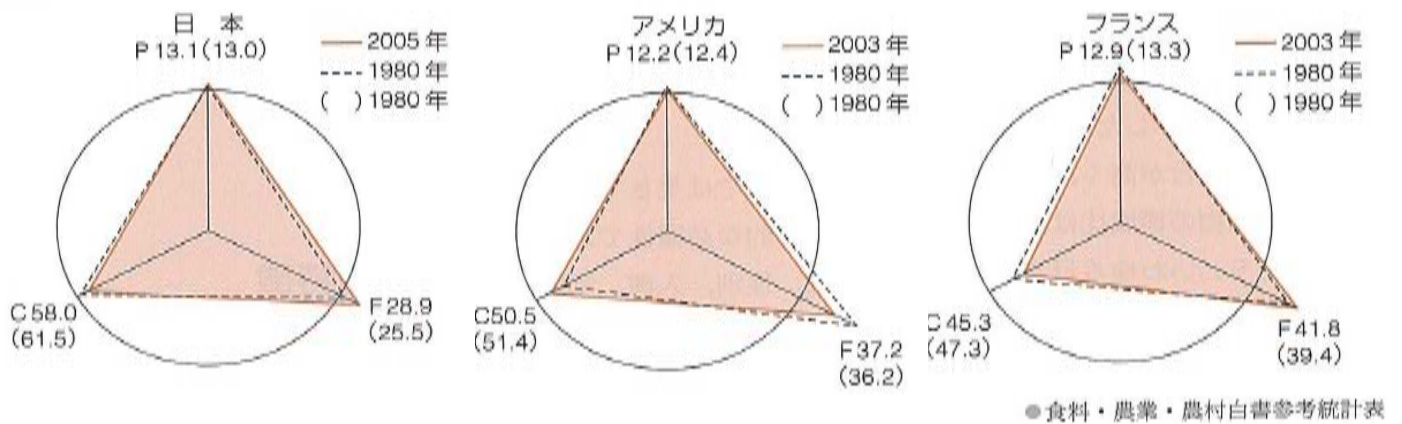
# 日本の供給量熱量の構成の推移

我が国の食生活の変化  
(国民1人・1日当たりの供給熱量の構成の推移)



(出典:農林水産省「平成23年食料需給表」)

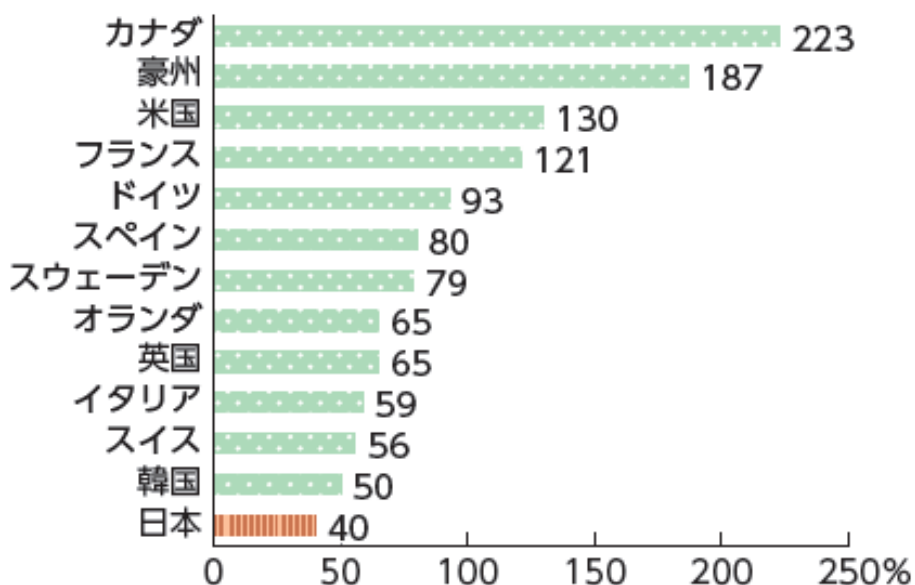
## 各国のPFC比率(%)



(出典: 時子山ひろみ 荏開津典生「フードシステムの経済学 第4版」)



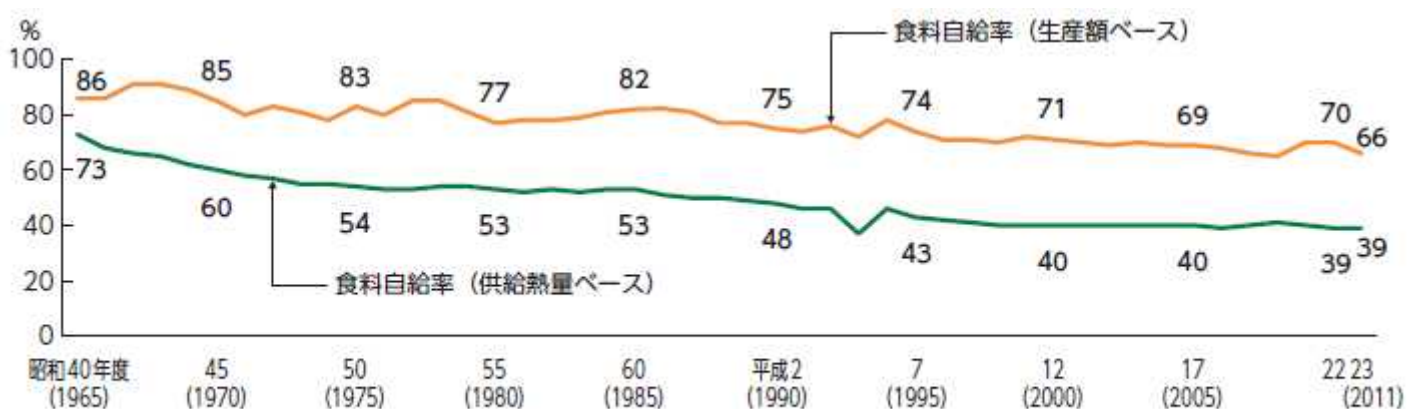
## 諸外国の食料自給率(供給熱量ベース)



資料：農林水産省「食料需給表」、FAO「Food Balance Sheets」  
等を基に農林水産省で試算  
(平成21(2009)年のデータを基に作成)

(出典：農林水産省「平成24年食料・農業・農村白書」)

## 日本の食料自給率の年次推移



資料：農林水産省「食料需給表」

(出典：農林水産省「平成24年食料・農業・農村白書」)

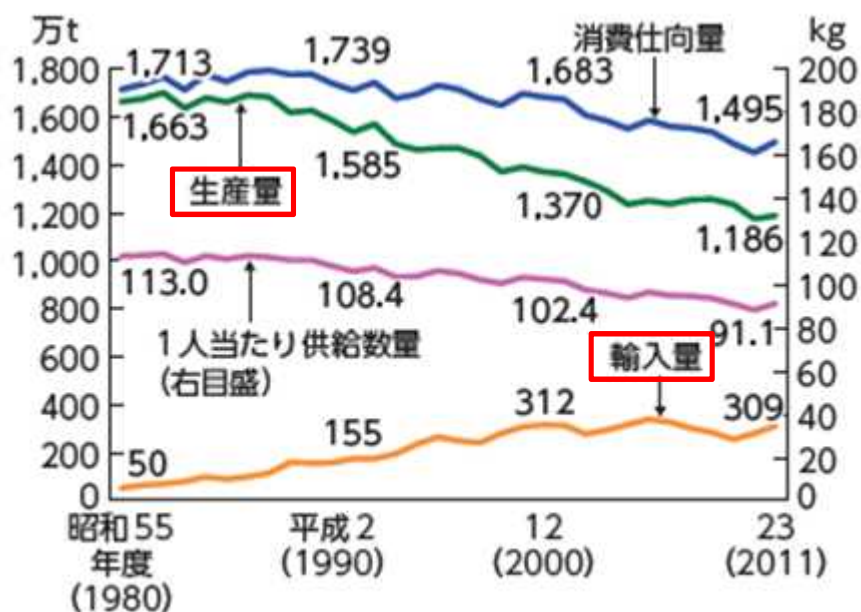
## 主要野菜における生産水準の推移 (昭和55(1980)年 = 100)

	昭和55年産 (1980)	平成2 (1990)	12 (2000)	17 (2005)	22 (2010)	23 (2011)	(参考) 23 (2011) 収穫量 (千t)
レタス	100	136	141	145	141	142	542
にんじん	100	109	114	102	99	103	617
ねぎ	100	103	100	92	89	90	485
たまねぎ	100	114	108	94	90	93	1,070
キャベツ	100	100	94	88	88	89	1,375
ピーマン	100	106	106	95	85	88	142
ほうれんそう	100	109	90	85	76	75	264
ばれいしょ	100	104	85	80	67	70	2,387
トマト	100	76	80	75	68	69	703
きゅうり	100	91	75	66	58	57	585
だいこん	100	87	70	60	56	56	1,493
はくさい	100	75	64	57	55	56	897
なす	100	90	77	64	53	52	322
さといも	100	69	50	40	37	37	171

資料：農林水産省「野菜生産出荷統計」

(出典：農林水産省「平成24年食料・農業・農村白書」)

## 野菜の生産量と輸入量の動向



資料：農林水産省「食料需給表」

(出典：農林水産省「平成24年食料・農業・農村白書」)

# 栄養・食事に関する主な施策

## 1．食事摂取基準

### <沿革>

戦後、科学技術庁が策定していた「日本人の栄養所要量」について、昭和44年の策定より、厚生省が改定を行うこととなった。また、平成17年度より使用した「日本人の食事摂取基準（2005年版）」において、食事摂取基準の概念を全面的に導入し、名称を変更することとした。

### <目的>

食事摂取基準は、健康な個人または集団を対象として、国民の健康の保持増進、エネルギー・栄養素欠乏症の予防、生活習慣病の予防、過剰摂取による健康障害の予防を目的とし、エネルギー及び各栄養素の摂取量の基準を示すものである。

### <日本人の食事摂取基準（2010年版）で策定されている栄養素等>

熱量（エネルギー）

たんぱく質、

脂質（脂質、飽和脂肪酸、n-6系脂肪酸、n-3系脂肪酸、コレステロール）

炭水化物、食物繊維、

脂溶性ビタミン：ビタミンA、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK

水溶性ビタミン：ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンB<sub>2</sub>、ナイアシン、ビタミンB<sub>6</sub>、

ビタミンB<sub>12</sub>、葉酸、パントテン酸、ビオチン、ビタミンC

多量ミネラル：ナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウム、リン

微量ミネラル：鉄、亜鉛、銅、マンガン、ヨウ素、セレン、クロム、モリブデン

### <日本人の食事摂取基準の位置づけ>

食事摂取基準は、健康増進法第30条の2に基づき、厚生労働大臣が、生涯にわたる国民の栄養摂取の改善に向けた自主的な努力を促進するため、国民健康・栄養調査その他の健康の保持増進に関する調査及び研究の成果を分析し、その分析の結果を踏まえ、食事による栄養摂取量の基準として定めている。

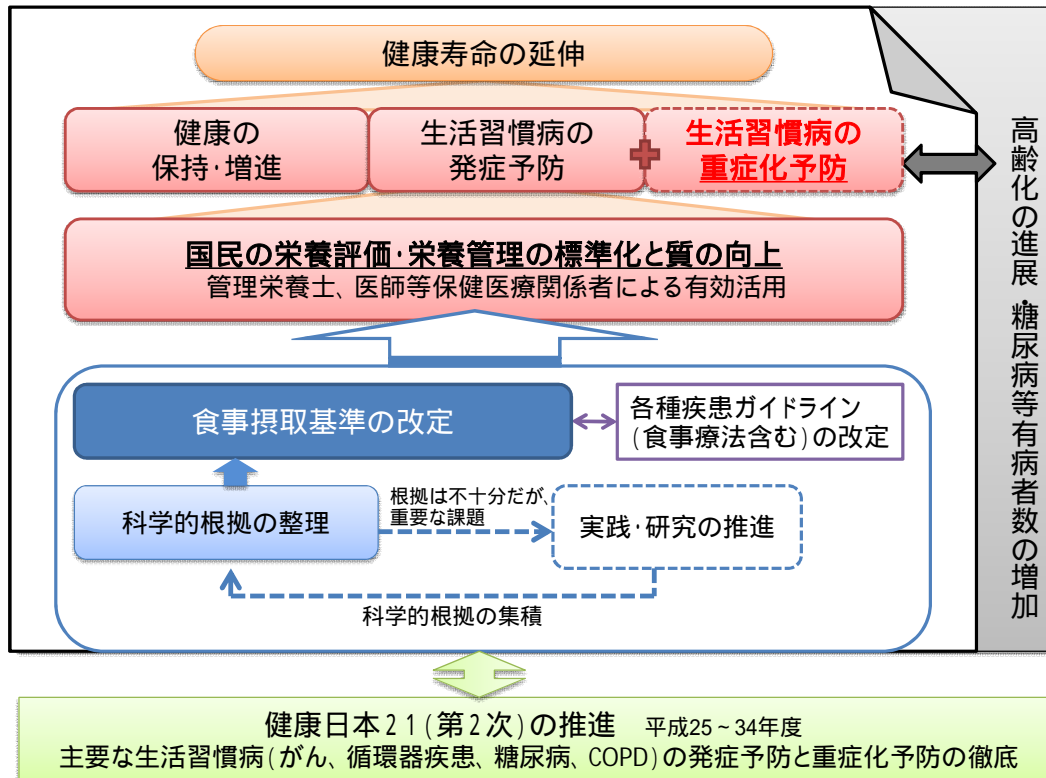
基準を定める栄養素は、健康増進法施行規則第11条に定められている。

基準の値は、大臣告示として定められている。

<日本人の食事摂取基準（2015年版）策定について>

平成27年度から平成31年度までの5年間使用する「日本人の食事摂取基準（2015年版）」について、平成25年2月より検討会を開催し、平成25年度中に報告書を取りまとめる予定である。

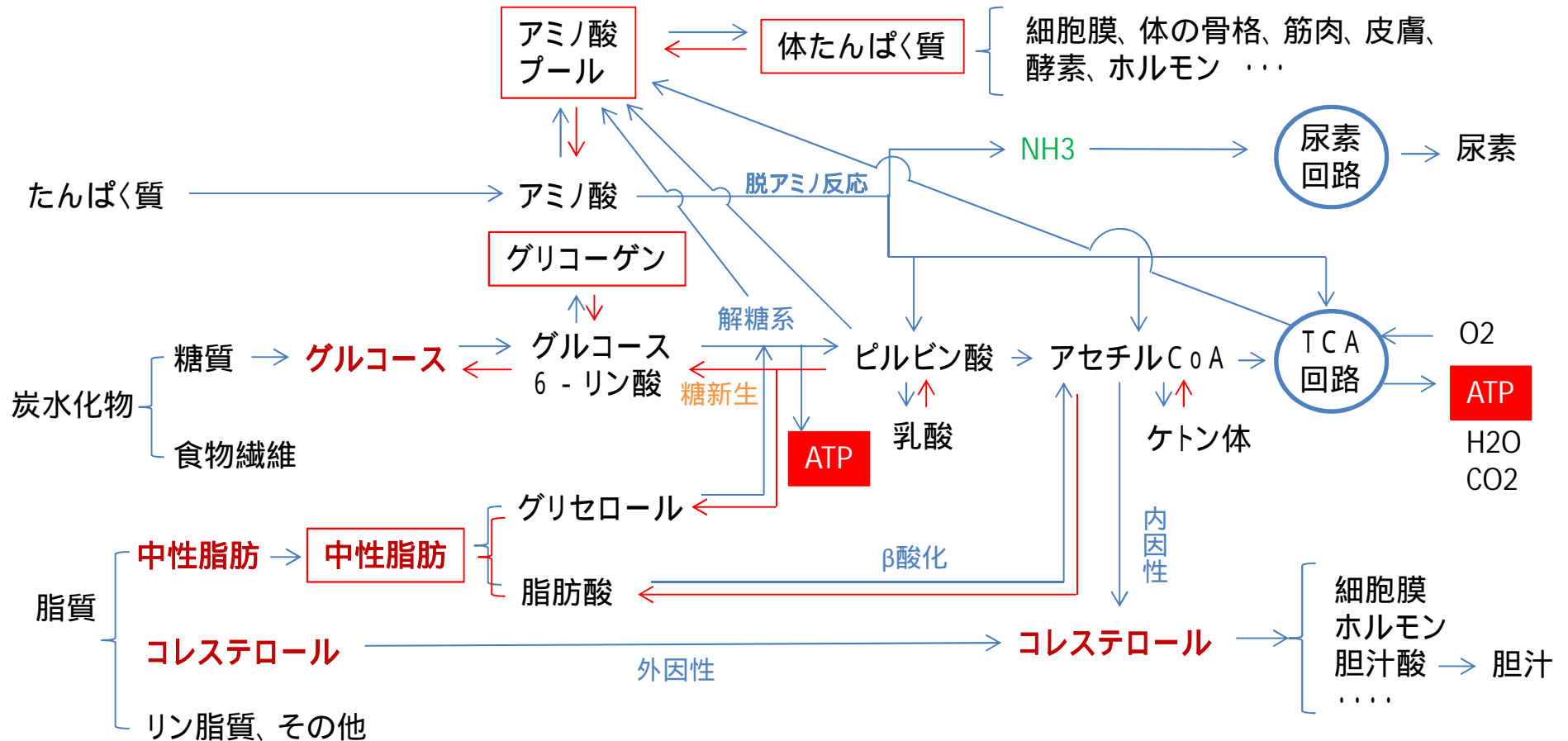
食事摂取基準（2015年版）策定の方向性



### 3大栄養素(エネルギー)が互いに変換され利用される主な仕組み

炭水化物を制限しても、脂質、たんぱく質が多ければ貯蔵される中性脂肪は増加する。

大切なことは、個人の現在体重、目標体重、身体活動量に合わせた総エネルギー摂取量の設定と、健診結果(血液データ)に基づき、健康状態の維持・改善を図るためのたんぱく質、脂質、炭水化物の配分である



注) 赤字: 健診の血液検査で確認できるもの

貯蔵されるもの

## 2 . 食生活指針

### < 背景 >

厚生省では、国民ひとりひとりが食生活改善に取り組むよう、昭和60年に「健康づくりのための食生活指針」を策定し、さらに平成2年には個々人の特性に応じた具体的な食生活の目標として、対象特性別の指針を策定してきたところである。

しかし、我が国における食生活は、健康・栄養についての適正な情報の不足、食習慣の乱れ、食料の海外依存、食べ残しや食品の廃棄の増加等により、栄養バランスの偏り、生活習慣病の増加、食料自給率の低下、食料資源の浪費等の問題が生じていることから、平成12年に文部省・厚生省・農林水産省の三省で新たな「食生活指針」を決定した。

### < 目的 >

国民が日々の生活の中で「何をどれだけ、どのように食べたらよいのか」、具体的に実践できる目標として、新たな「食生活指針」を策定し、国民の健康の増進、生活の質の向上及び食料の安定供給の確保を図る。

### < 構成 >

「食生活指針」は、食料生産・流通から食卓、健康へと幅広く食生活全体を視野に入れたものとされていることが大きな特徴である。

構成例		食生活指針の項目
生活の質（QOL）の向上		食事を楽しみましょう。 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。
食べ物の 組合せ	料理レベル	主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。
	食品（食材） レベル	ごはんなどの穀類をしっかりと。 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせて。
	栄養素レベル	食塩や脂肪は控えめに。
食事と身体活動（運動）		適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。
食料の安定供給や食文化		食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。
食糧資源や環境問題		調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。
食生活の実践（見直し、目標を立てる、実践）		自分の食生活を見直してみよう。

## 食生活指針

食事を楽しみましょう。

- ・心とからだにおいしい食事を、味わって食べましょう。
- ・毎日の食事で、健康寿命をのばしましょう。
- ・家族の団らんや人との交流を大切に、また、食事づくりに参加しましょう。

1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。

- ・朝食で、いきいきした1日を始めましょう。
- ・夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。
- ・飲酒はほどほどにしましょう。

主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

- ・多様な食品を組み合わせましょう。
- ・調理方法が偏らないようにしましょう。
- ・手作りとお食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。

ごはんなどの穀類をしっかりと。

- ・穀類を毎食とって、糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- ・日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。

野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせる。

- ・たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。
- ・牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう。

食塩や脂肪は控えめに。

- ・塩辛い食品を控えめに、食塩は1日10g未満にしましょう。
- ・脂肪のとりすぎをやめ、動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。
- ・栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。

適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。

- ・太ってきたかなと感じたら、体重を量りましょう。
- ・普段から意識して身体を動かすようにしましょう。
- ・美しさは健康から。無理な減量はやめましょう。
- ・しっかりかんで、ゆっくり食べましょう。

食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。

- ・地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。
- ・食文化を大切にして、日々の食生活に活かしましょう。
- ・食材に関する知識や料理技術を身につけましょう。
- ・ときには新しい料理を作ってみましょう。

調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。

- ・買いすぎ、作りすぎに注意して、食べ残しのない適量を心がけましょう。
- ・賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。
- ・定期的に冷蔵庫の中身や家庭内の食材を点検し、献立を工夫して食べましょう。

自分の食生活を見直してみよう。

- ・自分の健康目標をつくり、食生活を点検する習慣を持ちましょう。
- ・家族や仲間と、食生活を考えたり、話し合ったりしてみよう。
- ・学校や家庭で食生活の正しい理解や望ましい習慣を身につけよう。
- ・子どものころから、食生活を大切にしよう。

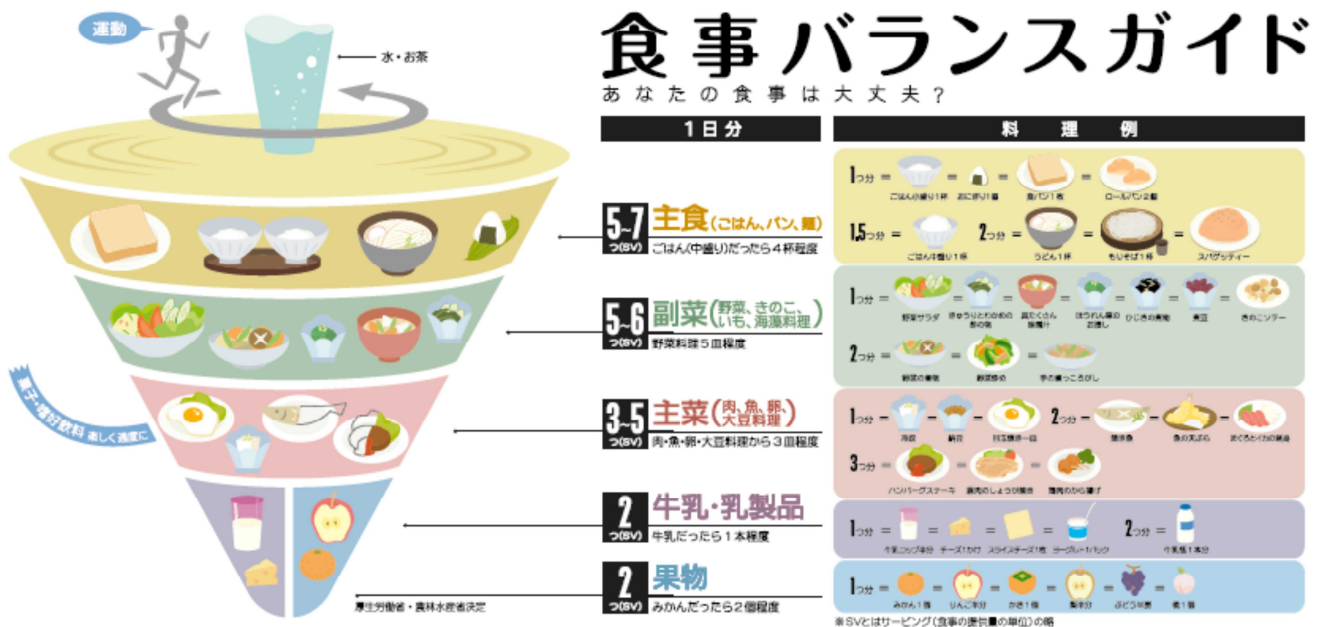
### 3. 食事バランスガイド

#### < 背景 >

平成12年に策定された食生活指針は、多様な視点からの望ましい食生活について、広く国民にメッセージを伝えたものであるが、まだ十分に国民に知られるものとはなっていない。また、食生活指針をより実効性のあるものにするためには、毎日の生活の中で一人一人が自らの食生活とつなげて、自分の課題を見出し、具体的な行動に結び付けることを目的とした情報やツールを提供することが不可欠であるが、十分な対応ができなかったことから、平成17年に厚生労働省・農林水産省で「食事バランスガイド」を決定した。

#### < 目的 >

食生活指針を具体的な行動に結び付けるものとして、「何を」「どれだけ」食べたらよいか、という「食事」の基本を身につけるバイブルとして、望ましい食事のとり方やおよその料をわかりやすくイラストで示す。





## 4 . 健康日本 2 1 ( 第二次 )

国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針 ( 抜粋 )

平成 24 年 7 月 10 日厚生労働大臣告示

この方針は、21 世紀の我が国において少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージ ( 乳幼児期、青壮年期、高齢期等)の人の生涯における各段階をいう。)に応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現し、その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な事項を示し、平成 25 年度から平成 34 年度までの「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動 ( 健康日本 2 1 ( 第二次 ))」を推進する。

### < 健康の増進に関する基本的な方向性 >

#### 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

- ・生活習慣の改善や社会環境の整備によって達成すべき最終的な目標。
- ・国は、生活習慣病の総合的な推進を図り、医療や介護など様々な分野における支援等の取組を進める。

#### 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底 ( NCD ( 非感染性疾患 ) の予防 )

- ・がん、循環器疾患、糖尿病、COPD に対処するため、一次予防・重症化予防に重点を置いた対策を推進。
- ・国は、適切な食事、適度な運動、禁煙など健康に有益な行動変容の促進や社会環境の整備のほか、医療連携体制の推進、特定健康診査・特定保健指導の実施等に取り組む。

#### 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

- ・自立した日常生活を営むことを目指し、ライフステージに応じ、「こころの健康」「次世代の健康」「高齢者の健康」を推進。
- ・国は、メンタルヘルス対策の充実、妊婦や子どもの健やかな健康増進に向けた取組、介護予防・支援等を推進する。

#### 健康を支え、守るための社会環境の整備

- ・時間的・精神的にゆとりある生活の確保が困難な者も含め、社会全体が相互に支え合いながら健康を守る環境を整備。
- ・国は、健康づくりに自発的に取り組む企業等の活動に対する情報提供や、当該取組の評価等を推進。

#### 栄養・食生活、身体活動・運動、休養・睡眠、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善及び社会環境の改善

- ・上記を実現するため、各生活習慣を改善するとともに、国は、対象者ごとの特性、健康課題等の十分な把握を行う。

栄養・食生活に関する目標

	項目	現状	目標
栄養・食生活	適正体重を維持している者の増加 (肥満(BMI25以上)、やせ(BMI18.5未満)の減少)	20～60歳代男性の肥満者の割合 31.2% 40～60歳代女性の肥満者の割合 22.2% 20歳代女性のやせの者の割合 29.0% (平成22年)	20～60歳代男性の肥満者の割合 28% 40～60歳代女性の肥満者の割合 19% 20歳代女性のやせの者の割合 20% (平成34年度)
	適切な量と質の食事をとる者の増加		
	ア 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	68.1% (平成23年度)	80% (平成34年度)
	イ 食塩摂取量の減少	10.6g(平成22年)	8g(平成34年度)
	ウ 野菜と果物の摂取量の増加	野菜摂取量の平均値 282g 果物摂取量 100g 未満の者の割合 61.4% (平成22年)	野菜摂取量の平均値 350g 果物摂取量 100g 未満の者の割合 30% (平成34年度)
	共食の増加(食事を1人で食べる子どもの割合の減少)	朝食 小学生 15.3% 中学生 33.7% 夕食 小学生 2.2% 中学生 6.0% (平成22年度)	減少傾向へ (平成34年度)
	食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業及び飲食店の登録数の増加	食品企業登録数 14社 飲食店登録数 17,284店舗 (平成24年)	食品企業登録数 100社 飲食店登録数 30,000店舗 (平成34年度)
	利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設の割合の増加	(参考値)管理栄養士・栄養士を配置している施設の割合 70.5% (平成22年度)	80% (平成34年度)
次世代の健康	健康な生活習慣(栄養・食生活、運動)を有する子どもの割合の増加		
	ア 朝・昼・夕の三食を必ず食べることに気をつけて食事をしている子どもの割合の増加	小学5年生 89.4% (平成22年度)	100%に近づける (平成34年度)
	適正体重の子どもの増加		
	ア 全出生数中の低出生体重児の割合の減少	9.6% (平成22年)	減少傾向へ (平成26年)
	イ 肥満傾向にある子どもの割合の減少	小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 男子 4.60%、女子 3.39% (平成23年)	減少傾向へ (平成26年)
高齢者の健康	低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合の増加の抑制	17.4% (平成22年)	22% (平成34年度)

## 5. 日本再興戦略 - JAPAN is BACK - (抜粋)

(平成25年6月14日)

### 3つのアクションプラン

1. 日本産業再興プラン 2. 戦略市場創造プラン 3. 国際展開戦略



**テーマ1**：国民の「健康寿命」の延伸

#### (1) 2030年の在るべき姿

我が国の健康寿命は、世界で最高水準となっている。我が国の医療・介護システムは、国民皆保険制度の下、フリーアクセスを維持しつつ、比較的安価な費用負担で、質の高いサービスを提供し、これに寄与している。しかしながら、

- ・慢性疾患による受療が多い、疾病の罹患率が高い、要介護率が高いなどの特徴を有する75歳以上の高齢者の増加、
  - ・一人暮らし世帯など、家庭内の相互扶助が期待できない高齢者の増加、
  - ・医療・介護技術の進歩による、サービス提供水準の高度化
- などにより、国民の需要が増大している。

2030年には、予防サービスの充実等により、国民の医療・介護需要の増大をできる限り抑えつつ、より質の高い医療・介護を提供することにより、『国民の健康寿命が延伸する社会』を目指すべきである。(略)

#### (2) 個別の社会像と実現に向けた取組

効果的な予防サービスや健康管理の充実により、健やかに生活し、老いることができる社会

##### ) 社会像と現状の問題点

個人や企業が自ら健康管理や予防に高い意識で取り組むとともに、必要なサービスがどこでも簡単に受けられる社会を目指す。

一方、現状では、次のような要因で予防への動機付けが乏しい。

) 個人は、健康なときは、食事管理や運動などの予防・健康管理を継続して行う意識が弱くなる傾向がある。

) 保険者は、健康管理や予防の必要性を認識しつつも、個人に対する動機付けの方策を十分に講じていない。

企業にとっても、本来、社員の健康を維持することは、人材の有効活用や保険料の抑制を通じ、会社の収益にも資するものであるが、こうした問題意識が経営者に浸透しているとは言い難い。

) これらも要因となり、健康管理や予防サービスが産業・市場として成長していない。

特に、公的分野との境界で制度的な不明確さもあり、サービスの提供者が参入にちゅうちょしたり、消費者にとっても安心してサービスを受けにくい状況にある。

##### ) 解決の方向性と戦略分野(市場・産業)及び当面の主要施策

こうした現状を打開するため、個人・保険者・企業の意識・動機付けを高めることと健康寿命延伸産業の創出を両輪で取り組む。これにより、どこでも簡単にサービスを受けられる仕組みを

作り、自己健康管理を進める「セルフメディケーション」等を実現する。

すなわち、意識・動機付けにより潜在市場の拡大を図るとともに、規制・制度の改革・明確化を始めとして、最も効果的・効率的な政策手段を採用することで、健康増進・予防（医療機関からの指示を受けて運動・食事指導を行うサービス、簡易な検査を行うサービスなど）や生活支援（医療と連携した配食サービスを提供する仕組みづくり等）を担う市場・産業を戦略分野として創出・育成する。

#### 健康寿命延伸産業の育成

- ・適正なケアサイクルの確立と、公的保険に依存しない新たな健康寿命延伸産業を育成するための包括的な政策パッケージを策定する。関連規制に関するグレーゾーンの解消、新製品・サービスの品質保証・情報共有の仕組み、リース方式の活用等を通じた市場の創造・リスク補填に取り組む。本年8月末までに検討を進め結論を得た上で、法制上の措置等必要な措置を講じる。
- ・また、法制上の措置を待たず、各企業が新たに実施しようとする事業の実施が可能（適法）であることを確認するため、個別に相談を受け付ける体制を直ちに整備するとともに、民間サービスの品質を確保する枠組みを整備するため、「次世代ヘルスケア産業協議会（仮称）」を法制度整備にあわせて設置する。
- ・**疾病予防効果のエビデンスに基づく適正な運動量や健康な食事の基準を策定する。**

#### 予防・健康管理の推進に関する新たな仕組みづくり

- ・健康保険法等に基づく厚生労働大臣指針（告示）を今年度中に改正し、全ての健康保険組合に対し、レセプト等のデータの分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画として「データヘルス計画（仮称）」の作成・公表、事業実施、評価等の取組を求めるとともに、市町村国保が同様の取組を行うことを推進する。
- ・糖尿病性腎症患者の人工透析導入を予防する重症化予防事業等の好事例について、来年度内に横展開を開始できるよう、本年8月末までに検討を進め結論を得た上で、概算要求等に反映させる。
- ・特定健診・保健指導の効果に関し、特定保健指導を終了した人と利用していない人とで健康状態や生活習慣の改善状況を比較するとともに、特定保健指導の医療費適正化効果の分析にも着手することにより、当面来年度までの2か年において一定の効果検証の成果を得て、その周知を行い、保険者の保健事業等の取組を促進する。
- ・後期高齢者支援金の加算・減算制度については、今年度からの実施状況、関係者の意見に加え、特定保健指導の効果の検証を踏まえ、より良い仕組みを今後検討していく。
- ・自治体や企業による市民や社員の健康づくりに関するモデル的な取組を横展開するとともに、健康づくりに向けた幅広い企業連携を主体とした取組である「スマート・ライフ・プロジェクト」の更なる推進などにより、個人や企業の「健康意識」及び「動機付け」の醸成・向上を図る。
- ・薬局を地域に密着した健康情報の拠点として、一般用医薬品等の適正な使用に関する助言や健康に関する相談、情報提供を行う等、セルフメディケーションの推進のために薬局・薬剤師の活用を促進する。

#### 食の有する健康増進機能の活用

- ・いわゆる健康食品等の加工食品及び農林水産物に関し、企業等の責任において科学的根拠をもとに機能性を表示できる新たな方策について、今年度中に検討を開始し、来年度中に結論を得た上で実施する。検討に当たっては、国ではなく企業等が自らその科学的根拠を評価した上でその旨及び機能を表示できる米国のダイエタリーサプリメントの表示制度を参考にしつつ、安全性の確保も含めた運用が可能な仕組みとすることを念頭に行う。
- ・食の有する健康増進機能の解明・評価や、健康増進機能を有する食材・食品の開発・普及促進を図る。