

令和5年6月26日	資料1
第1回 健康づくりのための身体活動基準・指針の改訂に関する検討会	

「健康づくりのための身体活動基準・指針の改訂に関する検討会」開催要綱

1.目的

身体活動・運動分野における国民の健康づくりのための取組については、平成元年に「健康づくりのための運動所要量」を、平成5年度に「健康づくりのための運動指針」を策定し、平成18年に「健康づくりのための運動基準2006」及び「健康づくりのための運動指針2006(エクササイズガイド2006)」を策定し、平成25年には、健康日本21(第二次)の開始に伴い、「健康づくりのための身体活動基準2013」(以下「身体活動基準2013」という。)及び「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」(以下「アクティブガイド」という。)を策定した。これらの基準等を活用して、健康日本21(第二次)に係る取組の一環として、身体活動・運動に関する普及啓発等に取り組んできたところである。

身体活動基準2013の策定から10年が経過し、身体活動・運動に関する科学的知見が蓄積されつつある。一方で、健康日本21(第二次)の最終評価においては、一日の歩数や運動習慣者の割合は横ばいまたは減少傾向にあると評価されており、今後も引き続き、生活の中における身体活動・運動の意義や重要性を広く国民に周知啓発し、生活の中の様々な場面における歩数の減少を食い止め、増加の方向に向かうための取組を実施していく必要がある。加えて、より実効性のある取組(Implementation)を重視する健康日本21(第三次)における身体活動・運動分野に係る取組のあり方を検討する必要がある。

こうした状況を踏まえ、新たな科学的知見に基づき身体活動基準2013及びアクティブガイドを見直し、健康日本21(第三次)における身体活動・運動分野の取組推進に資するものとするを目的とし、厚生労働省健康局長の下、有識者の参集を求め、所要の検討を行う。

2.主な検討事項

(1)身体活動基準2013及びアクティブガイドの改訂

- エビデンスに基づくライフステージに応じた身体活動量の基準値の策定
- 身体活動・運動分野におけるその他のエビデンスの整理
- 国民の身体活動・運動を促す方策の検討

(2)その他

3.その他

- (1)検討会の構成員は別紙のとおりとする。
- (2)検討会には、構成員の互選により座長を置き、検討会を統括する。
- (3)健康局長は、必要に応じ、構成員以外の有識者等に出席を求めることができる。
- (4)座長代理は、座長が指名する。
- (5)座長に事故があるとき、または座長が欠けたときは、座長代理がその職務を代行する。
- (6)検討会は、原則として公開とする。ただし、特段の事情がある場合には、座長の判断により、会議、議事録及び資料を非公開とすることができる。
- (7)検討会の事務は、健康局健康課において行う。
- (8)この要綱に定めるもののほか、検討会の運営に関し必要な事項は、検討会において定める。

「健康づくりのための身体活動基準・指針の改定に関する検討会」
構成員名簿

(敬称略・五十音順)

荒井 秀典	国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター 理事長
石井 好二郎	同志社大学 スポーツ健康科学部 教授
石井 荘一	公益財団法人 健康・体力づくり事業財団 指導者支援部 参事
岡本 理恵	全国保健師長会 理事 名古屋市 健康福祉局 健康部 健康増進課長
小野 玲	独立行政法人 国立健康・栄養研究所 身体活動研究部長
黒瀬 巖	公益社団法人 日本医師会 常任理事
澤田 亨	早稲田大学 スポーツ科学学術院 教授
鈴木 志保子	公益社団法人 日本栄養士会 副会長 神奈川県立保健福祉大学 大学院保健福祉学研究科 研究科長・教授
津下 一代	女子栄養大学 栄養学部 特任教授
藤内 修二	大分県 福祉保健部 理事 兼 審議監
中島 康晴	公益社団法人 日本整形外科学会 理事長 九州大学大学院 医学研究院 整形外科 教授
宮地 元彦	早稲田大学 スポーツ科学学術院 教授
横手 幸太郎	一般社団法人 日本肥満学会 理事長 千葉大学大学院 医学研究院 内分泌代謝・血液・老年内科学 教授