

令和 7～11 年国民健康・栄養調査の方針について

【通常調査】

(基本項目)

1. 身長・体重、食事の状況等について、健康日本 21（第三次）の指標となっている項目を含め、モニタリングする。

(重点テーマ)

2. 健康日本 21（第二次）最終評価において達成状況が芳しくなかった項目等^{※1}について、推進の障壁になっていると考えられる要因、実態等の把握^{※2}を行う。
3. 2については、原則として、健康日本 21（第三次）の期中に 2 回行う。

※1 健康日本 21（第二次）最終評価（以下「最終評価」という。）において、「D 悪化している」、「C 変わらない」と評価された項目や、健康日本 21（第三次）で追加された事項

※2 質問項目案の検討は厚労科研等を活用。その際、2 回の把握の連続性に留意

【拡大調査】

- 生活習慣等の地域格差の把握を目的に、調査客体の抽出に当たり系統的な偏りが出ないように留意しつつ、調査地区を拡大した調査を 4 年ごとに実施する（通常年の約 4 倍の世帯（約 24,000 世帯）を対象）。

令和 11 年までの国民健康・栄養調査の重点テーマ

調査年	重点テーマ	ポイント [※]
令和 6 (2024) 【拡大調査】		・ 健康日本 21（第三次）の開始に合わせた生活習慣等の地域格差の分析
令和 7 (2025)	休養・睡眠 I C T の利活用	・ 休養・睡眠領域の目標に関する実態把握（D） ・ 健康づくりにおける I C T の利活用に関する実態把握
令和 8 (2026)	飲酒 栄養・食生活	・ 飲酒領域の目標に関する実態把握（D） ・ 栄養・食生活領域の目標に関する実態把握（C）
令和 9 (2027)	身体活動・運動	・ 身体活動・運動領域に関する実態把握（C）
令和 10 (2028) 【拡大調査】		・ 健康日本 21（第三次）の中間評価に合わせた生活習慣等の地域格差の分析
令和 11 (2029) <中間評価>	循環器病・糖尿病 社会とのつながり	・ 循環器病・糖尿病領域に関する実態把握（C） ・ 社会とのつながりの目標に関する実態把握（C）

※ 最終評価において、「D 悪化している」となった項目は「(D)」、「C 変わらない」となった項目は「(C)」を記載

注) 予算の確保、総務省との協議等を経て決定

(参考)

・健康日本21（第三次）と国民健康・栄養調査のスケジュール



★：拡大調査 ☆：通常調査

・健康日本21（第二次）の最終評価と健康日本21（第三次）の目標

（健康日本21（第三次）において国民健康・栄養調査で把握する項目を抜粋）

最終評価	健康日本21（第二次）	健康日本21（第三次）
D 悪化している	【休養】 睡眠による休養が十分とれていない者の割合の減少	【休養・睡眠】 睡眠で休養が十分とれている者の増加
	【飲酒】 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少	【飲酒】 生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少
C 変わらない	【循環器疾患】 脂質異常症の減少	【循環器病】 脂質（LDLコレステロール）高値の者の減少
	【糖尿病】 治療継続者の割合の増加	【糖尿病】 治療継続者の増加
	【地域のつながりの強化】 居住地域でお互いに助け合っていると思う国民の割合の増加	【社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上】 地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加
	【栄養・食生活】 適正体重を維持している者の増加（肥満（BMI 25以上）、やせ（BMI 18.5未満）の減少） 適切な量と質の食事をとる者の増加（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、食塩摂取量の減少、野菜と果物の摂取量の増加）	【栄養・食生活】 適正体重を維持している者の増加（肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少） 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 野菜摂取量の増加 果物摂取量の改善
	【身体活動・運動】 日常生活における歩数の増加 運動習慣者の割合の増加	【身体活動・運動】 日常生活における歩数の増加 運動習慣者の割合の増加
	【歯・口腔の健康】 口腔機能の維持・向上	【歯・口腔の健康】 よく噛んで食べることができる者の増加