

## 「参考値」となっている目標項目等について

健康日本21（第二次）目標項目設定時に「参考値」となっているもの等については、今後、順次専門委員会で検討する。

本日の専門委員会でご議論いただく項目については、以下のとおり。

### I 別表第三（2）次世代の健康

#### ① イ「運動やスポーツを習慣的にしている子どもの割合の増加」

##### 【方針】

以下のとおり、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」で把握している項目により、今後、現状値の把握を行う。項目の変更に伴い、目標も「減少傾向へ」と変更する。

策定時の現状	目標
(参考値) 週に3日以上 小学5年生 男子 61.5% 女子 35.9% (平成22年度) (全国体力・運動能力、運動習慣等調査)	増加傾向へ (平成34年度)



変更案	目標
<u>1週間の総運動時間が60分未満の子ども</u> <u>の割合</u> 小学5年生 男子 10.5% 女子 24.2% (平成22年度) (全国体力・運動能力、運動習慣等調査)	減少傾向へ (平成34年度)

#### ■ 1週間の総運動時間の算出方法

※参考の調査票を参照

- ① 平日の運動時間：時間帯別運動時間【質問13】を合計
- ② 平日の運動日数：【質問5】の回答を次のように換算(1=4日)(2=1.5日)(3=0.5日)(4=0.1日)
- ③ 平日の総運動時間：平日の運動時間①×平日の運動日数②
- ④ 土曜日の運動日数：【質問14-2】の回答を次のように換算(1=0.25日)(2=0.5日)(3=0.75日)(4=1日)
- ⑤ 土曜日の総運動時間：土曜日の運動時間【質問14-3】×土曜日の運動日数④
- ⑥ 日曜日の運動日数：【質問15-2】の回答を次のように換算(1=0.25日)(2=0.5日)(3=0.75日)(4=1日)
- ⑦ 日曜日の総運動時間：日曜日の運動時間【15-3】×日曜日の運動日数⑥
- ⑧ 1週間の総運動時間：平日の総運動時間③+土曜日の総運動時間⑤+日曜日の総運動時間⑦

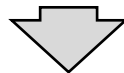
II 別表第三（3）高齢者の健康

③「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を認知している国民の割合の増加」

【方針】

これまでの調査方法を踏まえ、中立的な調査主体で行われた調査で現状値の把握を行う

<b>策定時の現状</b> (参考値) 17.3% (平成 24 年) (日本整形外科学会インターネット調査)	<b>目標</b> 80% (平成 34 年度)
---	--------------------------------



<b>変更案</b>  (調査主体を調整中)	<b>目標</b> 80% (平成 34 年度)
------------------------------	--------------------------------

日本整形外科学会が実施したインターネット調査では、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）という言葉を知ったことがある」者（「言葉も意味も知っている」「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」「言葉は知っていたが、意味はあまりしなかった」または「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった」者の合計）の割合で認知度を評価している。

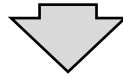
### Ⅲ 別表第三（3）高齢者の健康

#### ⑥「高齢者の社会参加の促進（就業又は何らかの地域活動をしている高齢者の割合の増加）」

##### 【方針】

以下のとおり、平成 24 年の国民健康・栄養調査で把握している項目により、今後、現状値の把握を行う。

<b>策定時の現状</b> (参考値) <u>何らかの地域活動をしている高齢者の割合</u> 男性 64.0% 女性 55.1% (平成 20 年) (平成 20 年内閣府調査)	<b>目標</b> 80% (平成 34 年度)
--	-----------------------------



<b>変更案</b> <u>働いている・何らかの活動を行っている高齢者の割合</u> 男性 63.6% 女性 55.2% (平成 24 年) <u>(平成 24 年国民健康・栄養調査)</u>	<b>目標</b> 80% (平成 34 年度)
---	-----------------------------

##### 【参考】

平成 24 年の「国民健康・栄養調査」では、60 歳以上の高齢者の社会参加の状況について、「働いている・何らかの活動を行っている」と回答した者の割合は男性で 63.6%、女性で 55.2%であった。

問 あなたは現在働いていますか。または、ボランティア活動、地域社会活動（町内会、地域行事など）、趣味やおけいこ事を行っていますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

- 1 働いている・何らかの活動を行っている    2 いずれも行っていない

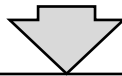
#### IV 別表第四

##### ① 「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）」

###### 【方針】

以下のとおり、平成 23 年の国民健康・栄養調査で把握している項目により、今後、現状値の把握を行う。

<b>策定時の現状</b> (参考値) 自分と地域のつながりが強い方だと思う割合 45.7% (平成 19 年) (内閣府「少子化対策と家族・地域のきずなに関する意識調査」)	<b>目標</b> 65% (平成 34 年度)
--	-----------------------------



<b>変更案</b> <u>居住地域でお互いに助け合っていると思う国民の割合 50.4% (平成 23 年)</u> (平成 23 年国民健康・栄養調査)	<b>目標</b> <u>65% (平成 34 年度)</u>
---	------------------------------------

###### 【参考】

平成 23 年の「国民健康・栄養調査」では、居住地域でお互いに助け合っていると思う国民の割合について、以下の質問項目を用いて把握しており、そう思うと回答した者の割合（「1. 強くそう思う」、「2. どちらかといえばそう思う」と回答した者の割合の合計）は、50.4%であった。

問 あなたのお住まいの地域についておたずねします。次のアからエの質問について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

ア あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っている

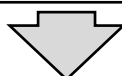
1. 強くそう思う
2. どちらかといえばそう思う
3. どちらともいえない
4. どちらかといえばそう思わない
5. 全くそう思わない

## ②「健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている国民の割合の増加」

### 【方針】

以下のとおり、平成 24 年から国民健康・栄養調査で把握している項目により、今後、現状値の把握を行う。項目の変更に伴い、目標も「35%」に変更する。

<b>策定時の現状</b> (参考値) 健康や医療サービスに関係したボランティア活動をしている割合 3.0% (平成 18 年) (平成 18 年総務省調査)	<b>目標</b> 25% (平成 34 年度)
--	-----------------------------



<b>変更案</b> <u>健康づくりに関係した何らかのボランティア活動を行っている割合</u> <u>27.7% (平成 24 年)</u> (平成 24 年国民健康・栄養調査)	<b>目標</b> <u>35%</u> (平成 34 年度)
---	------------------------------------

### 【参考】

平成 24 年の「国民健康・栄養調査」では、「健康づくりに関係した何らかのボランティア活動を行っている」者を以下の質問項目を用いて把握しており、選択肢の 1-8 のいずれかの活動を行った者の割合は、27.7%であった。

問. あなたがこの 1 年間に行ったボランティア活動（近隣の人への手助け・支援を含む）のうち、健康づくりに関係したものはありますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。 ※ここでは、必ずしも無償に限らず、実費や謝礼をもらう等、有償のものも含めてお考えください。

- 1 食生活などの生活習慣の改善のための活動
- 2 スポーツ・文化・芸術に関係した活動
- 3 まちづくりのための活動
- 4 子どもを対象とした活動
- 5 高齢者を対象とした活動
- 6 防犯・防災に関係した活動
- 7 自然や環境を守るための活動
- 8 上記以外の活動
- 9 健康づくりに関係したものは無い・ボランティア活動はしていない

## 平成 22 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果【概要】

### I 調査の概要

#### 1 調査実施日

平成 22 年 4 月から 7 月末までの期間で実施

#### 2 調査内容

##### (1) 調査対象

- ・小学校第5学年、特別支援学校小学部第5学年
- ・中学校第2学年、中等教育学校第2学年、特別支援学校中学部第2学年

##### (2) 調査の方式

文部科学省が調査対象として抽出した学校における前述(1)の学年の全児童生徒を対象として全国的な抽出調査を行う。

##### (3) 調査事項

###### ① 児童生徒に対する調査

- ・実技に関する調査

[小学校、中学校 8 種目]

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、

※持久走(男子 1500m 女子 1000m)、20m シヤトルラン、

50m 走、立ち幅とび、ボール投げ(小学生ソフトボール、中学生ハンドボール)

※小学生は 20m シヤトルランのみの実施

中学生は持久走か 20m シヤトルランのどちらかを選択して実施

- ・質問紙調査(運動習慣、生活習慣、食習慣等)

###### ② 学校に対する調査

- ・質問紙調査(子どもの体力向上に係る地域・家庭等との連携及び特別活動等)

#### 3 調査学校数、児童生徒数

- ・調査学校数 約6千6百校(小学校:約4千4百校 中学校:約2千2百校)

##### 【小学校調査】

	参加学校数(B)※	学校総数(A)	抽出率(B/A)
小学校	4, 350	23, 288	18. 7%

※うち特別支援学校(小学部)18 校を含む

##### 【中学校調査】

	参加学校数(B)※	学校総数(A)	抽出率(B/A)
中学校・中等教育学校	2, 211	11, 936	18. 5%

※うち特別支援学校(中学部)22 校を含む

- ・調査児童生徒数 約42万人

(小学生:約 21 万人(男子:約 11 万人、女子:約 10 万人))

(中学生:約 21 万人(男子:約 11 万人、女子:約 10 万人))

## II 調査結果の特徴

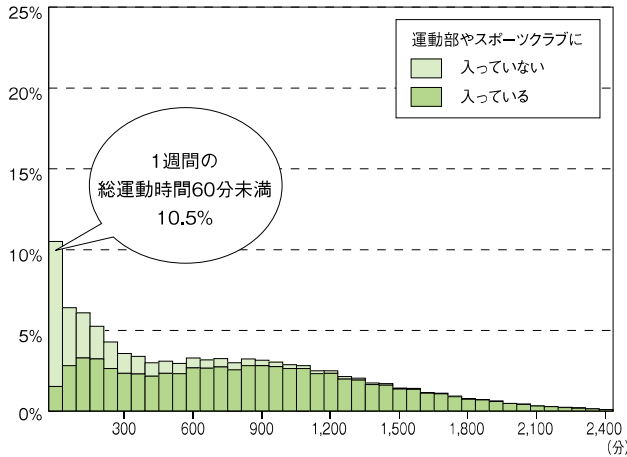
### 1. 児童の運動習慣と体力～1週間の総運動時間から

#### 1 1週間の総運動時間の分布と運動部やスポーツクラブの所属との関連

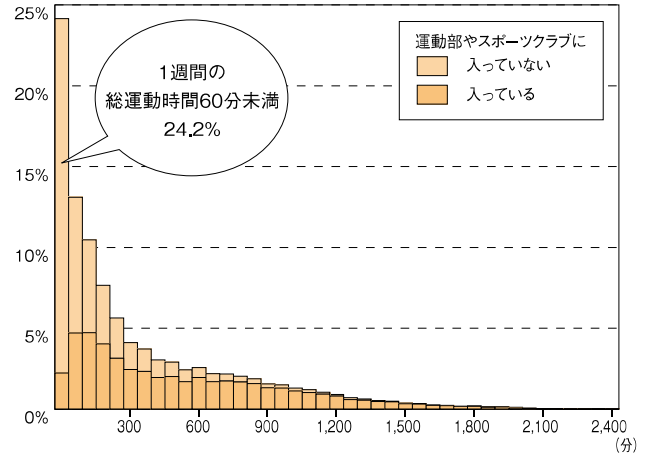
- ① 1週間の総運動時間の分布は、平成20、21年度調査と同様、運動をほとんどしない児童が多く、特に女子においては顕著であった。
- ② 男女とも、運動部やスポーツクラブへの所属の有無と大きく関連している。

小学校

#### ● 男子



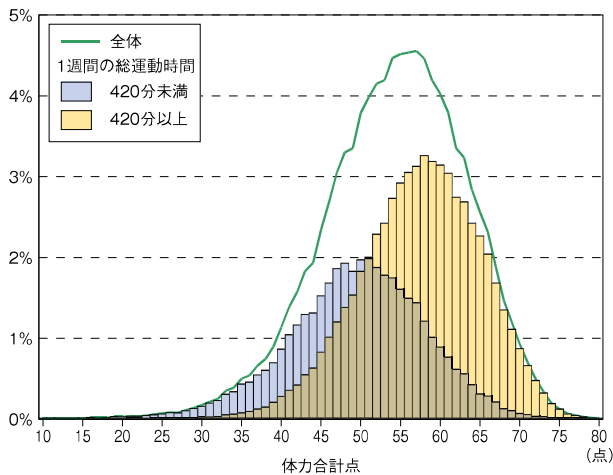
#### ● 女子



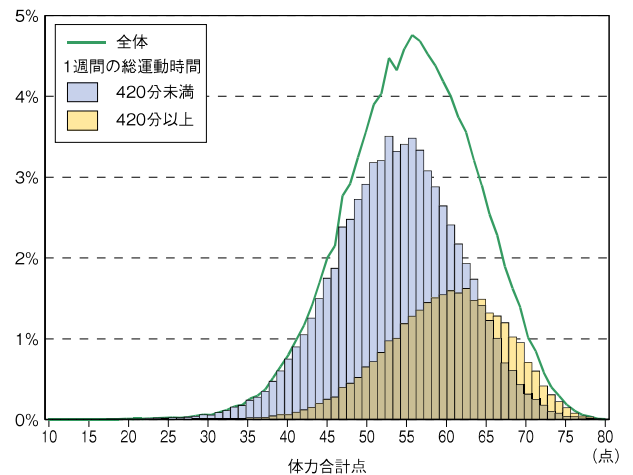
#### 2 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

- ① 男女とも、総運動時間が長い児童の方が、体力合計点が高い傾向がみられた。

#### ● 男子



#### ● 女子



#### ■ 1週間の総運動時間の算出方法

- ① 平日の運動時間：時間帯別運動時間【質問13】を合計
- ② 平日の運動日数：【質問5】の回答を次のように換算（1=4日）（2=1.5日）（3=0.5日）（4=0.1日）
- ③ 平日の総運動時間：平日の運動時間①×平日の運動日数②
- ④ 土曜日の運動日数：【質問14-2】の回答を次のように換算（1=0.25日）（2=0.5日）（3=0.75日）（4=1日）
- ⑤ 土曜日の総運動時間：土曜日の運動時間【質問14-3】×土曜日の運動日数④
- ⑥ 日曜日の運動日数：【質問15-2】の回答を次のように換算（1=0.25日）（2=0.5日）（3=0.75日）（4=1日）
- ⑦ 日曜日の総運動時間：日曜日の運動時間【質問15-3】×日曜日の運動日数⑥
- ⑧ 1週間の総運動時間：平日の総運動時間③+土曜日の総運動時間⑤+日曜日の総運動時間⑦

# 平成22年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 児童調査票 (第5学年)

数字見本にならって数字を記入しましょう。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

2回テストをする種目については、  
良いほうの記録の左側に○をつけてください。

種目		記録		得点	
① 握力	右	1回目	<input type="text"/> kg	2回目	<input type="text"/> kg
	左	1回目	<input type="text"/> kg	2回目	<input type="text"/> kg
	平均	※平均を求めるときは、左右おのおのの良いほうの記録を平均し、小数点以下を四捨五入する		<input type="text"/> kg	
② 上体起こし			<input type="text"/> 回		
③ 長座体前屈	※小数点以下は切りすて	1回目	<input type="text"/> cm	2回目	<input type="text"/> cm
		1回目	<input type="text"/> 点(回)	2回目	<input type="text"/> 点(回)
⑤ 20mシャトルラン(往復持久走)		※折り返した回数を記入		<input type="text"/> 回	
⑥ 50m走		※切り上げて1/10秒まで記入		<input type="text"/> 秒	
⑦ 立ち幅とび	※小数点以下は切りすて	1回目	<input type="text"/> cm	2回目	<input type="text"/> cm
		1回目	<input type="text"/> m	2回目	<input type="text"/> m
得点合計					
総合評価		A B C D E			

質問紙調査 (質問は2まであります。裏面につづきます。) ※あてはまる番号を○で囲んでください。□は数字を記入してください。

No.	<input type="text"/>	都道府県名	市区町村名
① 学校名	小学校 特別支援学校		② 性別 1. 男 2. 女
③ 都市階級区分 (居住地)	1. 大・中都市 (人口15万人以上の市、政令指定都市)	2. 小都市 (人口15万人未満の市)	3. 町村
④ 運動部やスポーツクラブにはいますか。 (スポーツ少年団をふくみます)	1. はいっている 2. はいっていない		
⑤ 運動やスポーツをどのくらいしていますか。 (学校の体育の授業をのぞきます)	1. ほとんど毎日(週に3日以上) 2. とときどき(週に1~2日くらい) 3. ときたま(月に1~3日くらい) 4. しない		
⑥ 運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの間をしますか。 (学校の体育の授業をのぞきます)	1. 30分未満 2. 30分以上1時間未満 3. 1時間以上2時間未満 4. 2時間以上		
⑦ 朝食は食べますか。	1. 毎日食べる 2. とときどき食べない 3. 毎日食べない		
⑧ 1日の睡眠時間	1. 6時間未満 2. 6時間以上8時間未満 3. 8時間以上		
⑨ 1日にどのくらいテレビをみますか。 (テレビゲームもふくみます)	1. 1時間未満 2. 1時間以上2時間未満 3. 2時間以上3時間未満 4. 3時間以上		
⑩ 体格(小数第1位まで)	(1) 身長 <input type="text"/> cm	(2) 体重 <input type="text"/> kg	(3) 座高 <input type="text"/> cm

※身長・体重・座高の数字は、位に注意して記入してください。

裏面につづきます。



11	<p>質問 4で「はいっている」と答えた人は、そこにはいった一番強いきっかけはどのようなことですか。1つだけ選んでください。</p>	<p>1. 自分からすすんで 2. 先生にすすめられたから 3. 家の人にすすめられたから 4. 友だちにさそわれたから 5. 家の人や友だちがはいっていたから 6. その他</p>
12	<p>質問 5で1.2.3.に○をつけた人は、平日(月曜日から金曜日)では、平均して何日、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)</p>	<p>1. 1日      2. 2日      3. 3日      4. 4日      5. 5日</p>
13	<p>質問 6についてくわしく教えてください。平日(月曜日から金曜日)では、平均して1日にどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)</p>	<p>1. 朝始業前 <input type="text"/>分      2. 中休み(20分休みなど) <input type="text"/>分 3. 昼休み <input type="text"/>分 4. 放課後(下校までの時間に) <input type="text"/>時間 <input type="text"/>分 5. 下校後 <input type="text"/>時間 <input type="text"/>分</p> <p>13-2 放課後や下校後に運動やスポーツをしている人は、平日(月曜日から金曜日)にどこで運動やスポーツをしていますか。(あてはまるものすべてに○)</p> <p>1. 学校の運動部の活動 2. 1.以外の地域のスポーツクラブなど(スポーツ少年団をふくむ) 3. 1.2以外(地域のスポーツ教室、児童館での活動など) 4. どこにもはいらないでしている</p>
14	<p>土曜日に運動やスポーツをしていますか。</p> <p>14-2 「している」と答えた人は、ひと月(4週間)あたり何回の土曜日に、運動やスポーツをしていますか。</p> <p>14-3 「している」と答えた人は、土曜日に1日平均して、どのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。</p> <p>14-4 「している」と答えた人は、土曜日にどこで運動やスポーツをしていますか。(あてはまるものすべてに○)</p>	<p>1. している      「している」と答えた人は14-2, 14-3, 14-4へ      2. していない      「していない」と答えた人は15へ</p> <p>1. 月に1回      2. 月に2回 3. 月に3回      4. 月に4回</p> <p><input type="text"/>時間 <input type="text"/>分</p> <p>1. 学校の運動部の活動 2. 1.以外の地域のスポーツクラブなど(スポーツ少年団をふくむ) 3. 1.2以外(地域のスポーツ教室、児童館での活動など) 4. どこにもはいらないでしている</p>
15	<p>日曜日に運動やスポーツをしていますか。</p> <p>15-2 「している」と答えた人は、ひと月(4週間)あたり何回の日曜日に、運動やスポーツをしていますか。</p> <p>15-3 「している」と答えた人は、日曜日に1日平均して、どのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。</p> <p>15-4 「している」と答えた人は、日曜日にどこで運動やスポーツをしていますか。(あてはまるものすべてに○)</p>	<p>1. している      「している」と答えた人は15-2, 15-3, 15-4へ      2. していない      「していない」と答えた人は16へ</p> <p>1. 月に1回      2. 月に2回 3. 月に3回      4. 月に4回</p> <p><input type="text"/>時間 <input type="text"/>分</p> <p>1. 学校の運動部の活動 2. 1.以外の地域のスポーツクラブなど(スポーツ少年団をふくむ) 3. 1.2以外(地域のスポーツ教室、児童館での活動など) 4. どこにもはいらないでしている</p>
16	<p>小学校4年生の時、地域(自治会など)で実施される運動やスポーツに関する行事に、1年間で何回くらい参加しましたか。(学校や地域のスポーツクラブでの行事はのぞきます)</p>	<p>1. 6回以上      2. 4回~5回 3. 1回~3回      4. 参加していない</p>
17	<p>家の人といっしょに、運動やスポーツをどのくらいしますか。</p>	<p>1. 週に1回以上      2. 2週間に1回程度      3. 1か月に1回程度 4. 年に数回      5. まったくしない</p>
18	<p>家の人といっしょに、スポーツをどのくらい見ますか。(テレビをふくみます)</p>	<p>1. 週に1回以上      2. 2週間に1回程度      3. 1か月に1回程度 4. 年に数回      5. まったく見ない</p>
19	<p>家の人といっしょに、運動やスポーツについてどのくらい話をするがありますか。</p>	<p>1. 週に1回以上      2. 2週間に1回程度      3. 1か月に1回程度 4. 年に数回      5. まったくしない</p>
20	<p>運動やスポーツをすることは好きですか。</p>	<p>1. 好き      2. やや好き      3. ややきらい      4. きらい</p>
21	<p>運動やスポーツをすることは得意ですか。</p>	<p>1. 得意      2. やや得意      3. やや不得意      4. 不得意</p>
22	<p>運動やスポーツをもっとしたいと思いませんか。</p>	<p>1. 思う      2. やや思う      3. あまり思わない      4. 思わない</p>

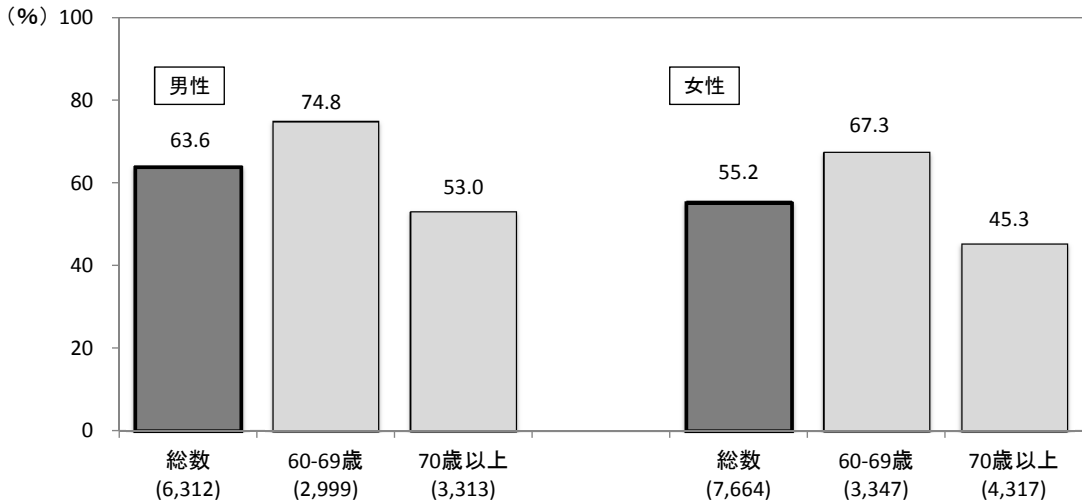
別表第三(3)高齢者の健康

⑥「高齢者の社会参加の促進(就業又は何らかの地域活動をしている高齢者の割合の増加)」

現在働いている、または、何らかの地域活動を行っている60歳以上の高齢者の割合は、男性63.6%、女性55.2%である。

社会参加している高齢者の割合(60歳以上、性・年齢階級別、全国補正值)

問:あなたは現在働いていますか。または、ボランティア活動、地域社会活動(町内会、地域行事など)、趣味やおけいこ事を行っていますか。



(平成24年国民健康・栄養調査)

別表第四 健康を支え、守るための社会環境の整備に関する目標

①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)

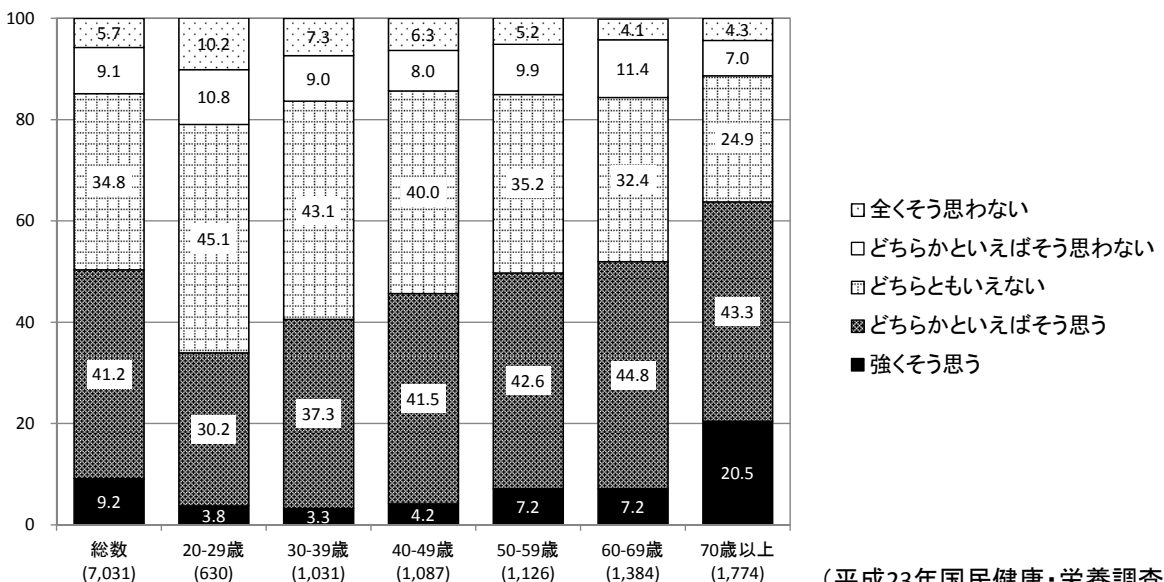
地域の人々が、「お互いに助け合っている」と思う者の割合\*は50.4%である。

\*「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と回答した者の割合。

地域社会のつながりの状況(男女計・年齢階級別)

問:あなたのお住まいの地域についておたずねします。

「あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っている」について、あてはまるものを1つ選んで○印をつけて下さい。



(平成23年国民健康・栄養調査)

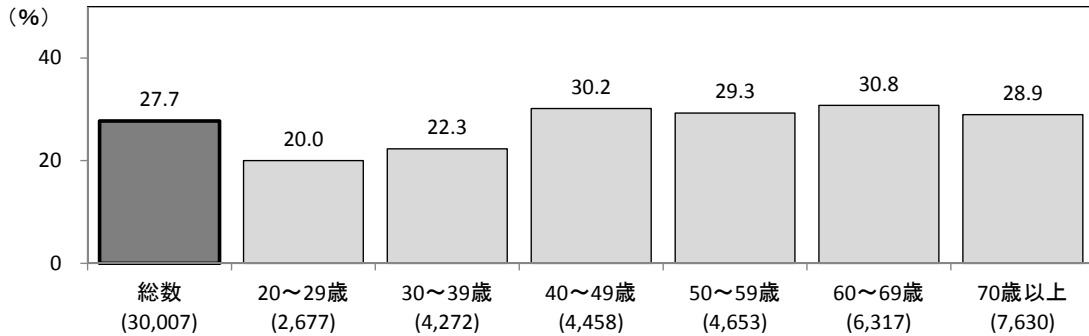
別表第四 健康を支え、守るための社会環境の整備に関する目標

②健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている国民の割合の増加

この1年間に、健康づくりに関係した何らかのボランティア活動を行った者の割合は、27.7%である。

この1年間に健康づくりに関係した何らかのボランティア活動を行った者の割合  
(20歳以上、男女計・年齢階級別、全国補正值)

問:あなたがこの1年間に行ったボランティア活動(近隣の人への手助け・支援を含む)のうち、健康づくりに関係したものはありますか。



	総数 (30,007)	20～29歳 (2,677)	30～39歳 (4,272)	40～49歳 (4,458)	50～59歳 (4,653)	60～69歳 (6,317)	70歳以上 (7,630)
男性	29.0%	18.9%	22.7%	29.6%	32.2%	32.8%	31.8%
女性	26.6%	21.0%	22.0%	30.6%	26.8%	29.0%	26.7%

※「健康づくりに関係した何らかのボランティア活動を行った者」とは、①食生活などの生活習慣の改善のための活動、②スポーツ・文化・芸術に関係した活動、③まちづくりのための活動、④子どもを対象とした活動、⑤高齢者を対象とした活動、⑥防犯・防災に関係した活動、⑦自然や環境を守るための活動、⑧上記以外の活動のうち、1つでも健康づくりに関係した活動があると回答した者。

(平成24年国民健康・栄養調査)