

「健康日本21」における目標値に対する暫定直近実績値等(抜粋)

分野	目標	策定時のベースライン値(または参考値)	ベースライン調査等	目標値	暫定直近実績値等	調査年	
2 身体活動・運動	成人(20歳以上)						
	2.1	意識的に運動を心がけている人の増加	男性	51.8%	H8年保健福祉動向調査	63%以上	54.2%*
			女性	53.1%		63%以上	55.5%*
	2.2	日常生活における歩数の増加	男性	8,202歩	H9年国民栄養調査	9,200歩以上	7,575歩
			女性	7,282歩		8,300歩以上	6,821歩
	2.3	運動習慣者の増加	男性	28.6%		39%以上	29.3%
			女性	24.6%		35%以上	24.1%
	高齢者						
	2.4	外出について積極的な態度をもつ人の増加	男性(60歳以上)	59.8%	H11年高齢者の日常生活に関する意識調査	70%以上	51.8%*
			女性(60歳以上)	59.0%		70%以上	51.4%*
			全体(80歳以上)	46.3%		56%以上	38.7%*
	2.5	何らかの地域活動を実施している者の増加	男性(60歳以上)	48.3%	H10年高齢者の地域社会への参加に関する意識調査	58%以上	66.0%*
女性(60歳以上)			39.7%	50%以上		61.0%*	
2.6	日常生活における歩数の増加	男性(70歳以上)	5,436歩	H9年国民栄養調査	6,700歩以上	4,915歩	
		女性(70歳以上)	4,604歩		5,900歩以上	4,142歩	

注)

暫定直近実績値等は平成17年5月31日現在の数値である。

\* の暫定直近実績値等は、策定時のベースライン値を把握した調査と暫定直近実績値等を把握した調査とが異なっている数値。

(平成17年7月11日 第15回厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会提出資料)

# 身体活動・運動

## 目標：日常生活における歩数の増加(成人)

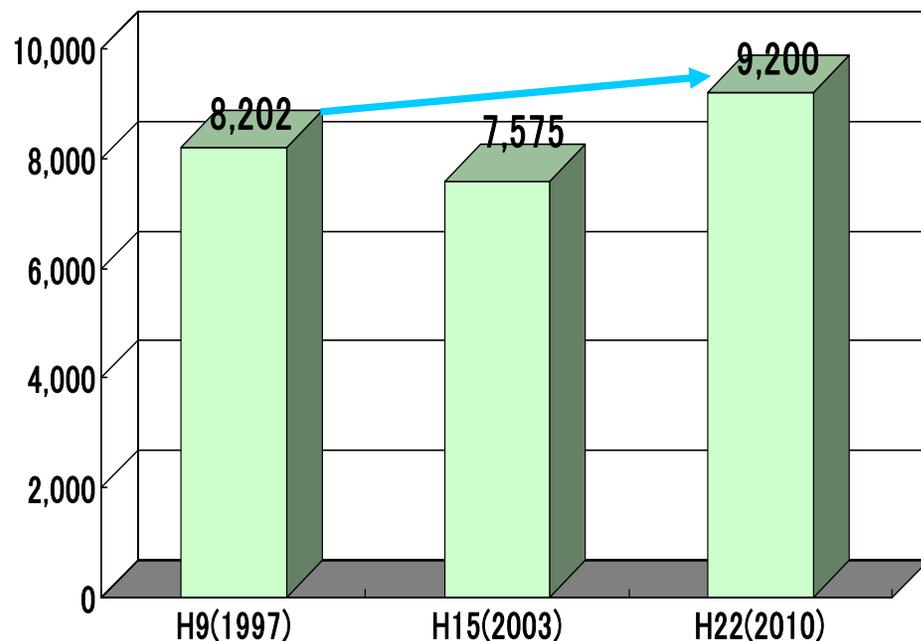
### 日常生活における歩数

男性

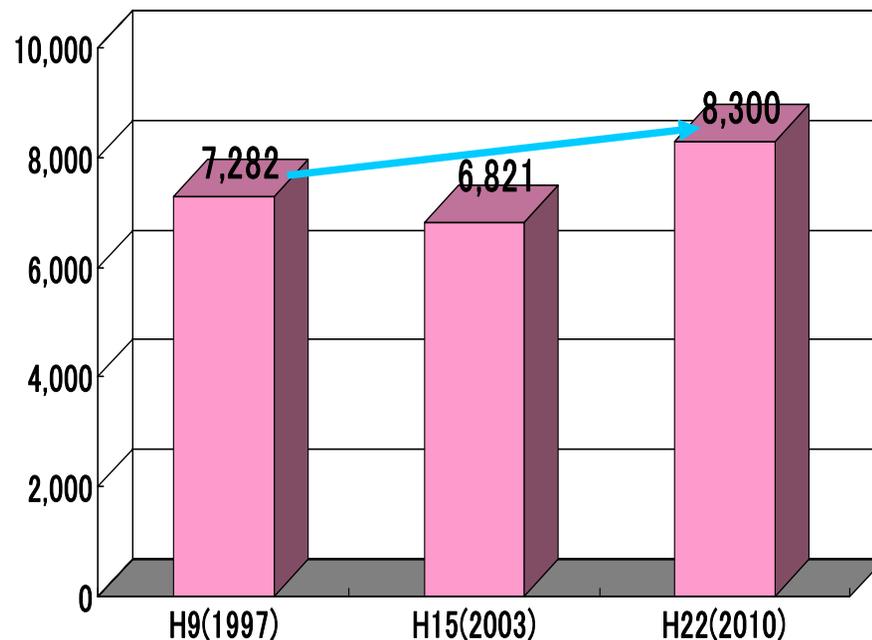
女性

歩／日 策定時 暫定直近実績値 目標値

歩／日 策定時 暫定直近実績値 目標値



H9国民栄養調査 H15国民健康・栄養調査



H9国民栄養調査 H15国民健康・栄養調査

# 目標：運動習慣者の増加（成人）

## 運動習慣者の割合

男性

女性

