



福岡県医発第1229号（地）

平成18年9月22日



各 医 師 会 長 殿

福 岡 県 医 師 会
会 長 横 倉 義 武



平成18年度食生活改善普及運動に対する協力依頼について

標記の件につきまして、厚生労働省健康局長より日本医師会を通じ、別添のとおり通知がありましたのでお知らせいたします。

本件は、本年度においても、10月1日（日）から10月31日（火）までの1か月間、実施要綱に基づき全国一斉に、「あなたの腹囲（おなか）は大丈夫？食事バランスガイドラインを活用し、メタボリックシンドロームを予防しましょう」を統一標語に、本運動を展開し、種々の事業等を全国的に実施するものであります。

食生活改善普及運動は、保健所、市町村等が中心になって実施するものでありますが、貴会におかれましても本件についてご了知いただき、本普及運動の実施にあたりご協力いただきますようお願い申し上げます。

小郡三井医師会より

担当理事 廣瀬真恵



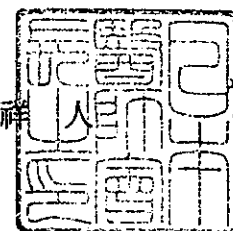
日医発第614号(地Ⅲ103)

平成18年 9月 8日

都道府県医師会長 殿

日本医師会長

唐 澤 祥



平成18年度食生活改善普及運動に対する協力依頼について

時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、厚生労働省では、国民一人ひとりの食生活改善に対する自覚を高め、日常生活での実践を促進するために、毎年、食生活改善普及運動を展開しております。

本年度においても、10月1日(日)から10月31日(火)までの1か月間、実施要綱に基づき全国一斉に、「あなたの腹囲(おなか)は大丈夫?食事バランスガイドを活用し、メタボリックシンドロームを予防しましょう」を統一標語とし、本運動を展開し、種々の事業等を全国的に実施するとして、本会に対しても協力方依頼がありました。

本年度の実施要綱においては、食育推進基本計画が策定され、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)を認知している国民の割合の増加、「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の割合の増加、朝食を欠食する国民の割合の減少等に関する目標値が定められたことから、これらを踏まえた総合的な取組の推進を重点活動の目標に定めております。

食生活改善普及運動は、保健所、市町村等が中心になって実施するものでありますが、貴会におかれましても本件についてご了知いただき、本普及運動の実施にあたりご協力いただきますとともに、貴会管下郡市区医師会等に対しましても、周知、協力方よろしくご高配のほどお願い申し上げます。



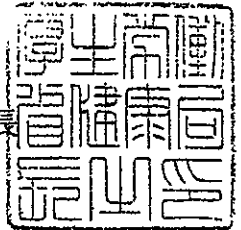


健発第0830002号

平成18年8月30日

社団法人 日本医師会 会長 殿

厚生労働省健康局長



平成18年度食生活改善普及運動に対する協力依頼について

栄養対策の推進については、平素から御協力を頂き、厚く御礼申し上げます。

さて、平成18年度食生活改善普及運動につきましては、来る10月1日（日）から同月31日（火）までの1か月間、別添実施要綱に基づき、全国一斉に実施することとしており、本年度は、食育推進基本計画が策定され、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を認知している国民の割合の増加、「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の割合の増加、朝食を欠食する国民の割合の減少等に関する目標値が定められたことから、これらを踏まえた総合的な取組の推進を重点活動の目標に決めました。

つきましては、貴団体におかれましても、重点活動の目標が達成されるよう、本運動の推進について特段の御配慮を頂きますようお願いいたします。

(別 添)

平成18年度食生活改善普及運動実施要綱

1 名称

平成18年度食生活改善普及運動

2 趣旨

近年、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病の増加が大きな健康課題となっていることから、生活習慣病の一次予防に重点を置いた「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を推進しているところであり、今後の生活習慣病対策としては、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念を導入した取組を推進することとしている。

栄養・食生活の状況をみると、食生活を取り巻く環境の変化から、加工食品や外食への過度の依存、食卓を中心とした家族団らんの喪失が見受けられるほか、男性の肥満や若い女性のやせの増加などがみられる。

また、こうした状況を踏まえ、本年3月には食育基本法に基づく食育推進基本計画が策定され、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を認知している国民の割合の増加、「食事バランスガイド」等の普及活用を目標として、総合的かつ計画的に食育を推進することとされている。

このため、国民一人ひとりの食生活改善の重要性についての理解を深め、日常生活での実践を促進するために、平成18年10月1日（日）から同月31日（火）までの1か月間を食生活改善普及月間として、本運動を展開し、種々の事業等を全国的に実施するものである。

3 実施機関

厚生労働省、食生活改善普及運動の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区、市町村及び関係団体

4 実施期間

平成18年10月1日（日）～10月31日（火）

5 統一標語

あなたの腹囲（おなか）は大丈夫？

～食事バランスガイドを活用し、メタボリックシンドロームを予防しましょう～

6 重点活動の日標

特に30歳～60歳代男性の肥満傾向にある者、単身者、子育てを担う世代を対象とし、食育推進基本計画の目標も踏まえ、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を認知している国民の割合の増加、「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の割合の増加、朝食を欠食する国民の割合の減少等を図るための総合的な取組を行う。

7 重点活動の内容

- (1) BMI（Body Mass Index）や腹囲径測定の普及とともに、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に関する理解を深め、標準体重などから自分の体型に対する自己評価が正しく行えるようにする。
- (2) 「食事バランスガイド」等を活用し、食生活の問題点を明確にし、日々の活動に見合った主食、副菜、主菜の食事量を示し、適正摂取を楽しく継続させるため食生活改善の意欲が増すような支援を行う。
- (3) 野菜料理などの副菜の摂取量が少ないことを気づかせ、野菜の摂取量を増やすための料理選択の工夫について、対象者の特性に応じて支援を行う。
- (4) 朝食を欠食しがちな単身者等については、簡単にできる朝食の組合せなど、日常生活のなかで実践できるような支援を行う。
- (5) 肥満が気になる者には、エネルギーと脂質との関係を理解し、油を多く使った料理を知り、日常生活のなかで油の摂取量を控えるための工夫ができるように食生活の支援を行う。
- (6) 肥満又は過度のダイエット志向の者に対して、食生活と運動の両面からのプログラムを提供するとともに、その実践が継続できるように支援する。

8 活動の方法

- (1) 「エクササイズガイド2006」の活用やウォーキング等の運動に関するイベントと連携した「食事バランスガイド」の普及啓発
- (2) スーパーマーケット、コンビニエンスストア、外食料理店や特定給食施設等における「食事バランスガイド」の活用とヘルシーメニュー提供の推進
- (3) 住民主体のボランティアグループ等を通じた情報提供の推進
- (4) 健康相談、食生活相談及び栄養指導
- (5) ヘルシーメニュー・コンテスト等の開催
- (6) 地域別、年代別に応じた食生活改善のための行動目標、スローガン等の公募及び発表
- (7) 食生活改善に関する各種講演会、大会、シンポジウム、フォーラム等の開催
- (8) テレビ、ラジオ、新聞等報道機関の協力を得た広報
- (9) 都道府県及び市区町村の広報紙、関係機関及び関係団体等の機関紙、有線放送、インターネット等の活用による広報
- (10) ポスター、リーフレット等による広報

9 関係機関の役割

(1) 厚生労働省

本運動の全国的な推進を図るため、関係省庁及び関係団体と密接な連携をとり、広報の実施やポスターの作成等を行う。

(2) 都道府県、政令市、特別区及び市町村

食生活改善普及運動の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区及び市町村は、住民の幅広い参加が得られるよう、関係部局及び団体との連携を密にする。また、重点活動の目標を達成する効果的な運動を展開できるよう、地域の実情に応じた実施計画を作成する。なお、本運動の実施計画の作成にあたっては、中長期的に住民の行動変容を促す事業の一つとして位置づけると共に、プロセス評価及びアウトカム評価等を行うことにより、次の実施計画に反映させることに留意する。

都道府県は、保健所を活用して食生活改善普及運動を効果的に展開するとともに、管轄する市町村における食生活改善普及運動が効果的に展開されるよう支援を行い、市町村は、地域住民の食生活が適切に行われるよう、「食事バランスガイド」等を活用して望ましい食生活の支援を行うほか、保健所等と連携を図り、効果的な運動を展開する。

(3) 関係団体

食生活改善普及運動の趣旨に賛同する関係団体は、住民が日々の生活で食生活改善を継続的に実践できるよう、関係機関及び都道府県、政令市、特別区及び市町村と連携を図り、活動目標が達成できるよう効果的な運動を展開する。

(参考) 重点活動目標の決定理由

「フードガイド（仮称）検討会」において検討された対象を絞った取組について推進することとした。また、本年３月に食育推進基本計画が策定されたことから、「食事バランスガイド」の普及活用について総合的に推進することとした。なお、内容については、「健康日本２１」の栄養・食生活分野の代表目標項目とも同様のものとなっている。

◆「フードガイド（仮称）検討会」において検討された対象

○３０歳～６０歳代の男性肥満者

対象の特徴：

近年の国民健康・栄養調査結果から、「若い世代ほど、油の多いものを控えている者が少ない。」、「若い世代ほど野菜摂取量が少なく、最も摂取量の多い６０歳代でも３５０ｇに達していない。」、「外食の利用頻度が多い人ほど、野菜摂取量が少ない。」などが言える。生活習慣病の予防という視点から、特に３０歳～４０歳代男性肥満者を中心としたものとした。

○単身者

対象の特徴：

「朝食の欠食率は男女とも２０歳代が最も高く、年々増加している。」、「外食・調理済み食品の利用が極めて高い」「外食の利用頻度が多い人ほど、野菜摂取量が少ない。」「若い世代ほど野菜摂取量が少ない。」などが言える。

○子育てを担う世代

対象の特徴：

近年母親となる世代の低体重（やせ）が増えている。また子どもにおいても肥満が増えており、食生活の乱れも指摘されていることから、子育てを担う世代に対する内容については、これについても配慮した。

・食事バランスガイドに関するホームページ

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou-syokuji.html>

◆食育推進基本計画における目標値

○朝食を欠食する国民の割合の減少

国民の食生活については、様々な問題が生じているが、その代表的なものの一つに朝食の欠食があり、若い世代を中心に年々その割合は増加傾向にある。このため、朝食を欠食する国民の割合の減少を目標とする。

具体的には、生活習慣の形成途上にある子ども（小学生）については、平成12年度に4%となっている割合（小学校5年生のうちほとんど食べないと回答した者）について、平成22年度までに0%とすることを目指す。

また、成人の中でも特に問題が顕在化している20歳代及び30歳代の男性については、平成15年度にそれぞれ30%、23%となっている割合（調査日において、「菓子・果物などのみ」、「錠剤などのみ」、「何も食べない」に該当した者）について、平成22年度までにいずれも15%以下とすることを目指す。

○「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の割合の増加

健全な食生活を実践するためには、国民一人一人が自分にとって必要な食事の量を把握し、その人に適した食事をとることが必要であり、これに当たっては、「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして「何を」「どれだけ」食べたらよいかを分かりやすく示した「食事バランスガイド」等を参考にすることが有効である。

このため、「食事バランスガイド」、「食生活指針」、「日本人の食事摂取基準」等の食生活上の指針を参考に食生活を送っている国民の割合の増加を目標とする。具体的には、平成22年度までに60%以上とすることを目指す。

○内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を認知している国民の割合の増加

生活習慣病の有病者やその予備軍とされる人々は、内臓脂肪型肥満やこれに伴う高血糖、高血圧又は高脂血を重複的に発症させている傾向がみられる。このような状態は、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）として位置づけられており、生活習慣病を予防するためには、運動習慣の徹底等とともに健全な食生活によりその状態の改善を図ることが必要である。このため、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を認知している国民の割合の増加を目標とする。具体的には、平成22年度までに80%以上とすることを目指す。

・食育推進基本計画に関するホームページ

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/suisin/kihonmokuji.html>

◆「健康日本21」代表目標項目（栄養・食生活）

- ① 適正体重を維持している人の増加
- ② 脂肪エネルギー比率の減少
- ③ 野菜の摂取量の増加
- ④ 朝食を欠食する人の減少

・健康日本21に関するホームページ

<http://www.kenkounippon21.gr.jp/>

(別紙)

関 係 団 体 名 簿

(順不同)

財団法人 健康・体力づくり事業財団
財団法人 日本食生活協会
財団法人 児童育成協会
財団法人 日本健康・栄養食品協会
社団法人 日本栄養士会
社団法人 全国栄養士養成施設協会
社団法人 全国調理師養成施設協会
社団法人 日本給食指導協会
社団法人 日本調理師会
社団法人 全日本司厨士協会
社団法人 日本医師会
社団法人 日本歯科医師会
社団法人 日本薬剤師会
社団法人 日本新聞協会
社団法人 日本民間放送連盟
社団法人 日本乳業協会
独立行政法人 日本スポーツ振興センター
特殊法人 日本放送協会

関 係 省 庁 名 簿

農林水産省消費・安全局
文部科学省スポーツ・青少年局
内閣府政策統括官（共生社会政策担当）