

福島県医発第1306号(地)

平成25年 8月23日

各 医 師 会 長 殿

福 岡 県 医 師 会

会長 松田 峻一良

(公 印 省 略)

平成25年度健康増進普及月間の実施について

標記の件につきまして、厚生労働省健康局長より、各都道府県知事等宛に平成25年度健康増進普及月間の実施について、別紙のとおり通知がなされた旨、日本医師会より連絡がございましたのでお知らせします。

本月間は、健康増進法（平成14年法律第103号）第7条に基づく国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（平成24年厚生労働省告示第403号）第6条の2により、毎年9月を健康増進普及月間と定め、国民一人一人の健康に対する自覚を高め、健康づくりに向けた実践を促進する普及啓発を全国的に実施しており、今年度においても別添の要綱に基づいて実施されるものであります。

また、スマートライフプロジェクトのパンフレットも送付されてまいりましたので併せてお送りいたします。

なお、食生活改善普及運動の実施については、平成25年8月13日付（福島県医発第1255号）の文書をもって貴会宛てに通知しておりますが、本運動と連携して健康増進普及に向けた取り組みを実施することとされております。

つきましては、健康増進普及運動月間及び、食生活改善普及運動について、貴会におかれましてもご了知のうえ、実施にあたりご協力をお願い致しますとともに、貴会会員に対する周知協力方よろしくお願い致します。

小郡三井医師会より

地域保健担当理事 白石恒明
会長 蒲池 壽

(地Ⅲ91)

平成25年8月20日

都道府県医師会
担当理事 殿

日本医師会
常任理事 道 永 麻



平成25年度健康増進普及月間の実施について

時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

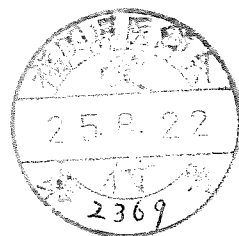
さて、別添のとおり厚生労働省健康局長より、各都道府県知事等宛に平成25年度健康増進普及月間の実施について通知がなされております。

本月間は、健康増進法（平成14年法律第103号）第7条に基づく国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（平成24年厚生労働省告示第430号）第6の2により、毎年9月を健康増進普及月間と定め、国民一人一人の健康に対する自覚を高め、健康づくりに向けた実践を促進する普及啓発を全国的に実施しており、今年度においても別添の要綱に基づいて実施されるものであります。

また、昨年同様に「運動」、「食生活」、「禁煙」の3種類のポスター、及びスマートライフプロジェクトのパンフレットも送付されてまいりましたので併せてお送りいたします

なお、食生活改善普及運動の実施については、平成25年8月8日付（地Ⅲ88）の文書をもって貴会宛てに通知しておりますが、本運動と連携して健康増進普及に向けた取り組みを実施することとされております。

つきましては、健康増進普及月間及び、食生活改善普及運動について、貴会におかれましてもご了知の上、実施にあたりご協力いただきたくお願いいたしますとともに、貴会管下郡市区医師会等に対し、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 0 7 1 9 第 2 号

平成 2 5 年 7 月 1 9 日

各
都道府県知事
保健所設置市長
特別区長
殿

厚生労働省健康局長

(公 印 省 略)

平成 2 5 年度健康増進普及月間の実施について

近年、我が国においては、生活習慣病対策が重要な問題となっていますが、生活習慣病は日常生活のあり方と深く関連しており、国民の健康の保持・増進を図るためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要です。

そのため、健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）第 7 条に基づく国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（平成 24 年厚生労働省告示第 430 号）第 6 の 2 により、毎年 9 月を健康増進普及月間と定め、国民一人一人の健康に対する自覚を高め、健康づくりに向けた実践を促進する普及啓発を全国的に実施しているところですが、今年度においても、別添の要綱に基づき実施することとしましたので、それぞれの地域の特性を勘案の上、食生活改善普及運動と連携して、本月間が効果的に展開されるよう特段の御配意をお願いします。

また、都道府県においては、管内市町村（政令市を除く。以下同じ。）、関係団体等に対しても、本月間の周知及び事業の実施について、協力を依頼していただきますよう併せてお願いします。

なお、本月間における健康づくりのための取組の結果について、別紙様式により 1 0 月末日までに厚生労働省健康局がん対策・健康増進課に御提出ください。

その際、都道府県においては、管内市町村における取組事例についてもとりまとめて報告願います。

平成25年度健康増進普及月間実施要綱

1. 名称

平成25年度健康増進普及月間

2. 趣旨

平均寿命の著しい伸長にみられるように、近年の国民の健康水準の向上には目覚ましいものがあるが、一方において、人口の高齢化、社会生活環境の急激な変化等に伴って、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加等が大きな問題となっている。

このような人口の高齢化及び疾病構造の変化を勘案すれば、疾病の早期発見や治療に留まることなく、生活習慣を改善して健康を増進し、生活習慣病等の発病を予防する「一次予防」に重点を置いた対策を強力に推進し、壮年期死亡の減少及び認知症若しくは寝たきりにならない状態で生活できる期間である「健康寿命」の延伸を図っていくことが極めて重要となっている。

また、生活習慣病は日常生活のあり方と深く関連していることから、国民の健康の保持・増進を図るためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要である。

このため、生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性についての国民一人一人の理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、平成25年9月1日（日）から30日（月）までの1か月間を健康増進普及月間とし、食生活改善普及運動と連携して、種々の行事等を全国的に実施するものである。

3. 実施機関

厚生労働省並びに健康増進普及月間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25年9月1日（日）～9月30日（月）

5. 統一標語

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ
～健康寿命の延伸～

6. 実施方法

（1）厚生労働省

厚生労働省ホームページを利用した広報等を図るほか、ポスターの作成等により健康増進に関する普及啓発を図る。

(2) 都道府県、政令市、特別区及び市町村

健康増進普及月間の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区及び市町村は、関係官庁及び関係団体等との連携を密にしつつ、それぞれの地域や職域の実情に即し、創意工夫をこらした効果的な普及啓発を図る。

〈活動内容の例示〉

- ア. テレビ、ラジオ、新聞等報道機関の協力を得た広報
- イ. 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
- ウ. ポスター、リーフレット等による広報
- エ. 健康増進に関する各種講演会、研修会、シンポジウム、フォーラム及び映画会等の開催
- オ. ウォーキング等の運動イベントの開催
- カ. 地域別、年代別に応じた健康増進のための行動目標、スローガン等の公募及び発表
- キ. 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
- ク. 健康相談、食生活相談及び栄養改善指導

なお、事業の実施にあたっては、次の点に留意するものとする。

- ① メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度の向上
- ② 「健康づくりのための身体活動基準 2013」、「食事バランスガイド」及び「禁煙支援マニュアル（第二版）」の積極的な活用
- ③ Smart Life Project との連携

Smart Life Project については、専用ホームページに掲載しているので参照されたい。

(<http://www.smartlife.go.jp/>)

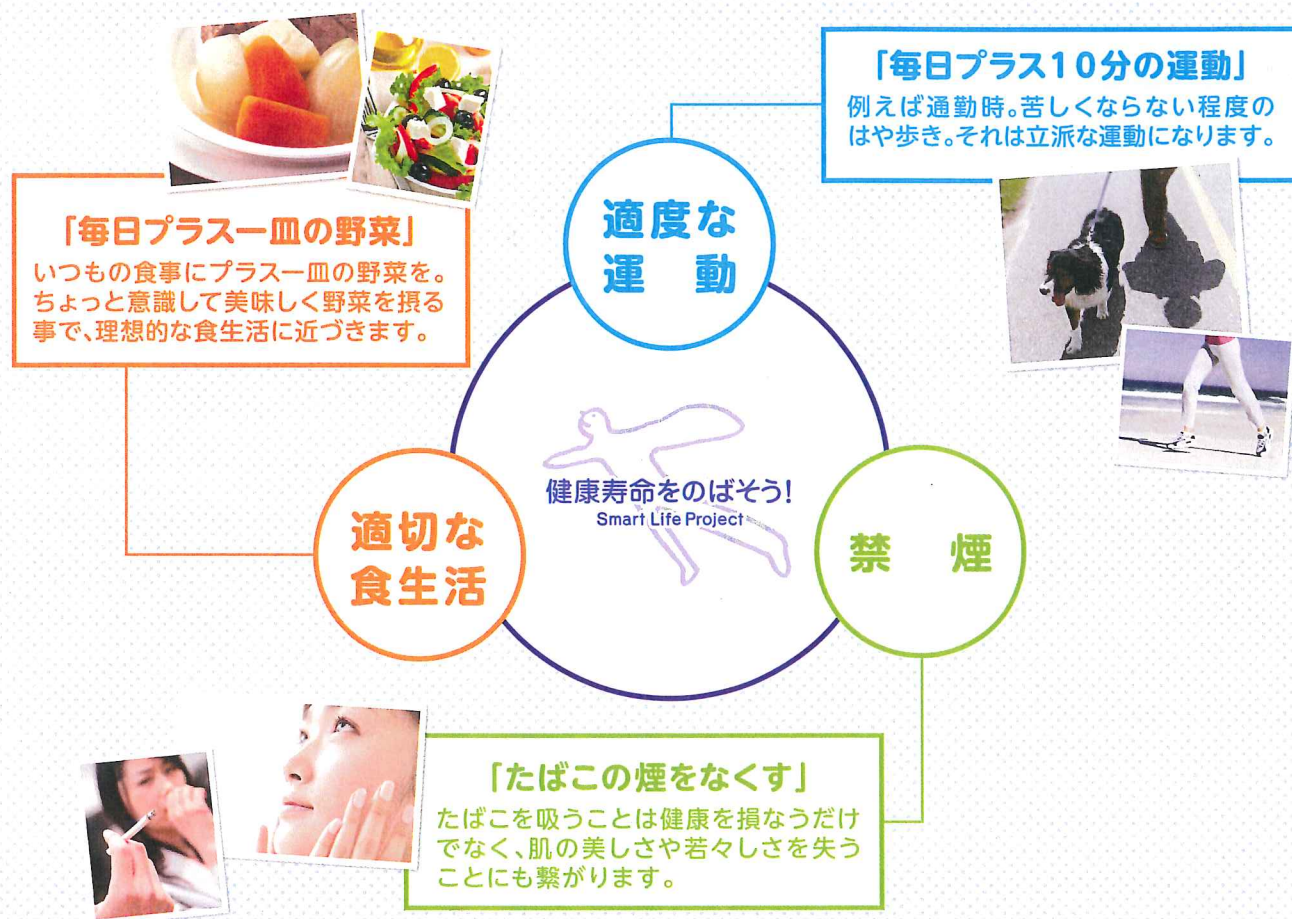
- ④ 食生活改善普及運動との連携

企業・団体のみなさまへ

健康寿命をのばそう! Smart Life Project 参画のお願い

Smart Life Projectとは

「健康寿命をのばしましょう。」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気で健康で楽しく毎日が送れることを目標とした国民運動。**運動**、**食生活**、**禁煙**の3分野を中心に、具体的なアクションの呼びかけを、プロジェクトに参画する企業・団体・自治体と協力・連携をしながら推進するプロジェクトです。



健康日本21(第二次)が掲げる目標例

国民健康づくり運動である“健康日本21(第二次)”では生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての国民が共に支えあいながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現。その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基本的な事項として下表のような目標を掲げています。

項 目		現状(平成22年度)	目標(平成34年度)まで
運 動	日常生活の歩数の増加 (20歳～64歳)	男性 7,841歩 女性 6,883歩	9,000歩 8,500歩
栄養・食生活	1日の野菜摂取量の増加	282g	350g
喫 煙	成人の喫煙率の減少	19.5%	12%
休 養	睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少	18.4%(21年度)	15%
飲 酒	生活習慣病リスクを高める量の 飲酒している者の割合の減少 (一日当たりの摂取 男性: 40g 女性: 20g以上)	男性 15.3% 女性 7.5%	13% 6.4%
歯・口腔	80歳で自分の歯を20歯以上有する者の割合の増加	25%(17年度)	50%

※出典: 厚生労働省「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」

※一部抜粋。その他の目標は厚生労働省のウェブサイトにてご確認ください。 <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkounippon21.html>

「Smart Life Project」に登録・参加しましょう!

登録無料

日本の「健康寿命」をのばす活動にご協力ください。

【参画メリット】従業員や職場の健康づくりのために、企業・団体における普及啓発活動にご活用いただける各種ツールや情報をご提供いたします。

特典1 Smart Life Project のロゴマークをご使用いただけます

Smart Life Project のロゴマークをポスター、パンフレット、社内報、CM、名刺、ホームページ等に使用可能。メンバーの思いや目標を盛り込んだカスタマイズも、マニュアルに沿ってご自由にデザインしていただけます。

プロジェクトロゴマーク

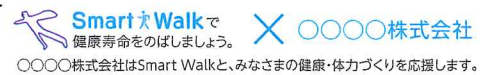


＜カスタマイズデザイン例＞

①目標や取り組みを自由に記入。



②メンバーとして、健康づくりに対する取り組みについて、当プロジェクトと連携したアピールも可能。



活用例

名刺やチラシ、Web サイト等に、企業・団体の事業、活動を示す広報ツールとしてご使用いただけます。また、商品パッケージや社食のメニューにも幅広くご活用いただけます。



特典2 企業・団体の健康寿命をのばすための優れた活動内容を紹介いたします

企業・団体メンバーとして活動内容を Smart Life Project 公式サイトでご紹介させていただきます。健康づくりを推進する企業・団体であることを広くアピールする場としてご活用いただけます。マイページの活動報告投稿画面から活動内容を記載の上、投稿ください。



健康に関する取り組みをサイト上で報告すると…



報告が取り組み紹介ページに反映されます。

特典3 健康寿命をのばそう!アワードにご応募いただけます

健康増進・生活習慣病予防への貢献に資する優れた取り組みを表彰します。

【部門】企業部門、団体部門、自治体部門

【表彰】厚生労働大臣賞(4件)、厚生労働省健康局長賞(最大15件)

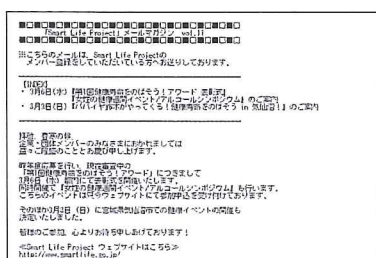
※アワードについての詳しい説明は裏面のページをご覧ください



第1回 健康寿命をのばそう!アワード表彰式

特典4 メールマガジンを配信します

メンバーには Smart Life Project 関連イベント等、健康づくりに関する情報をメールマガジンで提供します。



特典5 啓発ポスター、オフィシャルポスターをご利用いただけます

「適度な運動」「適切な食生活」「禁煙」のポスター等、普及啓発ツールをダウンロードしていただけます。また、申請をして頂ければ、オフィシャルポスターをお送りいたします。※オフィシャルポスターは5種類用意しています。



ほかにも会員特典があります!

ご登録方法

Smart Life Project 公式 WEB サイトにて簡単に登録できます。 **無料**

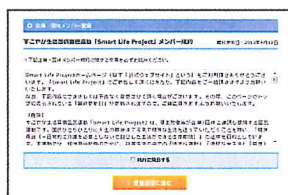
<http://www.smartlife.go.jp/>

スマートライフ

検索

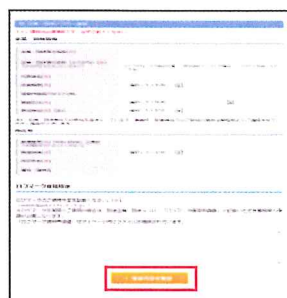
step 1

Smart Life Project
メンバー規約を
ご確認ください。



step 2

登録フォームに必要事項を
ご記入いただき、
「登録内容を確認」ボタンを
クリック。



step 3

ご登録いただいたメール
アドレス宛に、マイページの
IDとパスワードを記載した
登録完了のお知らせメール
をお送りいたします。

※ご登録いただきますと、事務局・厚生労働省により審査させていただきます。審査通過をもって、メンバーへの正式登録とさせていただきます。

Smart Life Project年間スケジュール

春
(4月～6月頃)

夏
(7月～9月頃)

秋
(10月～12月頃)

冬
(1月～3月頃)

健康増進・食生活
改善普及月間関連
イベント

世界禁煙デー
記念イベント

運動・食生活・禁煙に関する各種施策

アワード募集開始

第2回
健康寿命をのばそう!
アワード表彰

アワード関連情報を発信

■ WEBでのツール、情報発信
■ 各企業様との連携

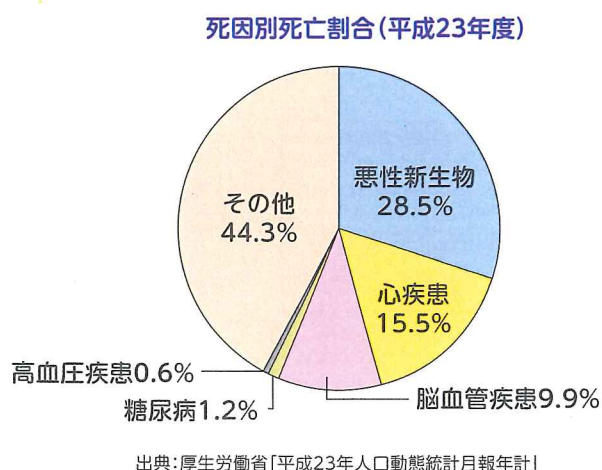
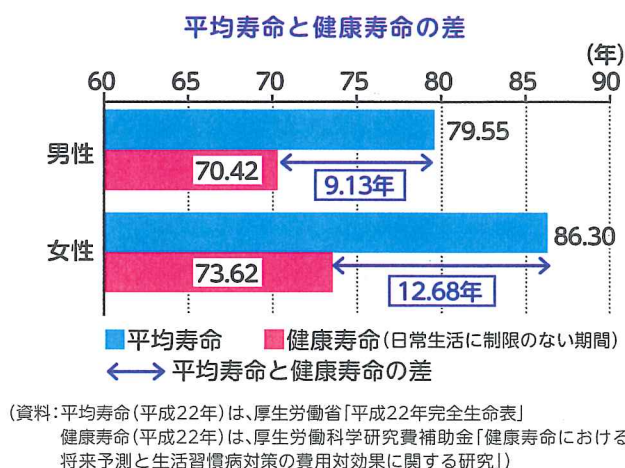
※予定は変更となる場合がございます。

「健康寿命」ってなに？

「健康寿命」とは、**人の寿命における“健康上の問題で日常生活が制限されことなく生活できる期間”**を意味します。

平成22年の調査によると、日本の平均寿命は男性79.55歳、女性86.30歳となっていますが、「健康寿命」は男性70.42歳、女性73.62歳であり、男女とも平均寿命と「健康寿命」との間に10歳前後の差があります。

疾病予防と健康増進、介護予防などによって、平均寿命と「健康寿命」の差を短縮することができれば、国民がより健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現につながります。



さらに詳しい情報は厚生労働省のウェブサイトをご覧ください ▶ <http://www.mhlw.go.jp/>



「健康寿命をのばそう!アワード」について

Smart Life Project が掲げる 3 つのテーマ (適度な運動・適切な食生活・禁煙) を中心に、自治体・団体・企業等において、健康増進・生活習慣病予防への貢献に資する優れた啓発・取組み活動の奨励・普及を図ることを目的とした表彰制度です。

※第2回健康寿命をのばそう!アワードの応募は7月上旬の開始予定

平成24年度「第1回 健康寿命をのばそう!アワード」表彰実績

【厚生労働大臣 最優秀賞】(1件)

静岡県「健康寿命日本一に向けた ふじのくに の挑戦」

【厚生労働大臣 優秀賞】(3件)

- <自治体> 長野県松本市
 「『健康寿命延伸都市・松本』をめざして
 To Become “The Sustainable Healthy City, Matsumoto”」
- <団体> 医療法人社団 鉄祐会 祐ホームクリニック 石巻 (宮城県) /
 一般社団法人 高齢先進国モデル構想会議 (東京都)
 「在宅医療から被災地・石巻の健康・生活復興への挑戦」
- <企業> 三菱電機株式会社
 「三菱電機グループヘルスプラン 21 (略称: MHP21) ステージⅡ」

その他、「厚生労働省健康局長 優良賞」として15件 (自治体5件、団体5件、企業5件) を表彰。

ふじのくに
 静岡県公式ホームページ



在宅医療専門
 祐ホームクリニック

MITSUBISHI
 Changes for the Better

詳しくは Smart Life Project 公式サイトをご覧ください。

<http://www.smartlife.go.jp/>

スマートライフ

検索

お問い合わせ

Smart Life Project 事務局

厚生労働省「平成25年度健康日本21推進業務」委託事業
 TEL:03-3524-0786 e-mail:info@smartlife.go.jp