

日 薬 業 発 第 189 号
平成 30 年 8 月 22 日

都道府県薬剤師会会長 殿

日 本 薬 剤 師 会
会 長 山 本 信 夫

平成 30 年度食生活改善普及運動及び健康増進普及月間の実施について

平素より、本会会務に格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、標記について、厚生労働省健康局長より協力依頼がありましたのでお知らせいたします。

食生活改善普及運動は、国民一人ひとりが改めて食生活改善の重要性を認識し、理解を深め、日常生活での実践を促進すること等を目的として9月（1日～30日の1ヶ月間）に実施されます。本年度につきましても昨年度と同様に、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに、「毎日プラス1皿の野菜」、「おいしく減塩1日マイナス2g」、「毎日のくらしにwithミルク」に焦点を当てた取組を行うことになっています（別添1）。

これら運動・月間の実施にあたっては、厚生労働省や関係団体から啓発ツールが提供されております（別添2）。

また同期間には、健康づくりの実践を促進することを目的に「健康増進普及月間」が実施され、食生活改善普及運動と連携し種々の行事等を全国的に実施することとされています（別添3）。

貴会におかれましては、行政や関係団体との連携の上、薬局等における地域住民への健康づくりに関する活動など、健康増進運動の推進にご高配賜りますようお願い申し上げます。

（別添）

1. 平成 30 年度食生活改善普及運動の実施について（平成 30 年 6 月 22 日付け健発 0622 第 4 号）
2. 平成 30 年度食生活改善普及運動の実施に係るツールの提供について（平成 30 年 6 月 22 日付け事務連絡）
食生活改善普及月間特設ページ（啓発ツール等のダウンロードが可能）
<http://www.smartlife.go.jp/plus1tool>
3. 平成 30 年度健康増進普及月間実施要項

別添 1



健 発 0622 第 4 号
平成 30 年 6 月 22 日

公益社団法人 日本薬剤師会 会長 殿

厚生労働省健康局長
(公 印 省 略)

平成 30 年度食生活改善普及運動の実施について

平成 25 年度から開始している健康日本 21 (第二次) における目標として、栄養・食生活に掲げられている項目のうち、現状値が悪化傾向にあるもの又は目標値との間に乖離があるものとして、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、野菜摂取量の増加、食塩摂取量の減少があり、これらについては目標達成に向けてより取組を強化していく必要がある。

このため、国民一人一人の改善が図られるよう、各自治体が優先的な課題や対象を明確にした食生活改善の働きかけや環境整備が促進されることをねらいとして、別添の要綱に基づき本運動を実施することとした。それぞれの地域の特性を勘案の上、効果的な運動の推進が図られるよう御配慮願いたい。

本年度は、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマとし、「毎日プラス 1 皿の野菜」、「おいしく減塩 1 日マイナス 2 g」及び「毎日の暮らしに with ミルク」に焦点を当て、POP 類等のツールの提供を行うこととしたので、貴団体においても、本運動の推進について特段の御配慮願いたい。

平成 30 年度食生活改善普及運動実施要綱

1 名称

平成 30 年度食生活改善普及運動

2 趣旨

平成 25 年度から開始している健康日本 2 1（第二次）において、栄養・食生活に掲げられている項目のうち、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、野菜摂取量の増加、食塩摂取量の減少については、目標達成に向けてより取組を強化していく必要がある。

また、平成 27 年国民健康・栄養調査において、20～30 歳代では、たんぱく質及びカルシウム摂取量が 60 歳以上に比べて少ないことが明らかとなり、それらに寄与する牛乳・乳製品を摂取する習慣の定着に向けた取組を継続する必要がある。

本年度についても、各自治体が地域の実態を踏まえ、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに、野菜摂取量の増加、食塩摂取量の減少とともに、牛乳・乳製品の摂取習慣の定着にもつながるよう、平成 30 年 9 月 1 日（土）から 30 日（日）までの 1 か月に本運動を全国的に展開するものである。

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、保健所設置市、特別区、市町村

4 実施期間

平成 30 年 9 月 1 日（土）～30 日（日）

5 重点活動の目標

健康日本 2 1（第二次）における栄養・食生活の目標に定められている、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、野菜摂取量の増加、食塩摂取量の減少、牛乳・乳製品の摂取習慣の定着に焦点を当てた運動を重点的に展開する。具体的には、スマート・ライフ・プロジェクト*のスローガンである「健康寿命をのばそう」の下、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに、「毎日プラス 1 皿の野菜」、「おいしく減塩 1 日マイナス 2 g」及び「毎日のくらしに with ミルク」を目標に取組を行うこととする。

6 実施方法

(1) 厚生労働省

重点活動の目標に関する効果的な運動が全国的に展開できるよう、関係機関との連携の下、食生活改善に関する普及啓発を図る。厚生労働省としては、幅広い企業・団体連携を主体として、スマート・ライフ・プロジェクトのスローガンである「健康寿命をのばそう」の下、「食事をおいしく、バランスよく」をテーマにした普及啓発用のポスターを作成配布する。また、「毎日プラス1皿の野菜」、「おいしく減塩1日マイナス2g」及び「毎日のくらしに with ミルク」の取組が円滑に進むよう、スーパーマーケット等の売り場や飲食店等で活用可能なPOP類について、スマート・ライフ・プロジェクトのホームページ上からダウンロード、印刷の上、活用可能とする。なお、ポスターの配布及びPOP類のホームページ上への掲載時期等の詳細については、追って連絡する。

(2) 都道府県、保健所設置市、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、保健所設置市、特別区及び市町村（保健所設置市・特別区を除く）は、関係部局及び関係団体、小売店及び飲食店等との連携を密にしつつ、効果的な運動を展開し、上記ポスターやPOP類等を用いた取組状況を把握する。

また、同時期に実施する健康増進普及月間と連携を図り、総合的な推進を図る。

※スマート・ライフ・プロジェクトについては、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/>）

事務連絡
平成30年6月22日

公益社団法人 日本薬剤師会 御中

厚生労働省健康局
健康課栄養指導室

平成30年度食生活改善普及運動の実施に係るツールの提供について

標記については、「平成30年度食生活改善普及運動の実施について」において、本年度は「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマとし、「毎日プラス1皿の野菜」、「おいしく減塩1日マイナス2g」及び「毎日のくらしにwithミルク」にも焦点を当てた取組を行うこととしたところです。

今般、本年9月の本運動の実施に向けて、スーパーマーケット等の売り場や飲食店等で活用可能なPOP類等について、スマート・ライフ・プロジェクトのホームページ上からダウンロード、印刷の上、活用可能となったPOP類等は下記のとおりです。

貴団体においても、これらのPOP類等の活用に向けた取組が広く行われるよう、よろしく御配慮願います。

記

1 POP類等の掲載場所

食生活改善普及運動特設ページ（「スマート・ライフ・プロジェクト」ホームページ内） URL: <http://www.smartlife.go.jp/plus1tool>

2 ダウンロード及び印刷可能な POP 類等

(1) POP 類等 (ツール)

ア 普及チラシ：食事をおいしく、バランスよく

- ・市販の紙に出力し、売り場等に掲示して使用。

イ マークシール：毎日プラス1皿の野菜、毎日のくらしに with ミルク

- ・市販のシール用紙に出力し、商品に貼って使用。

ウ 店頭 POP：毎日プラス1皿の野菜、おいしく減塩1日マイナス2g、毎日のくらしに with ミルク

- ・市販の厚紙に出力し、プライスレールに入れたり、POP クリップに挟んだりするなどして、わかりやすい場所に掲示して使用。

(2) ツールマニュアル

上記ツールの活用方法を記したマニュアル

以上

平成30年度健康増進普及月間実施要綱

1. 名称

平成30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ひとりの理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、平成30年9月1日から30日までの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、保健所設置市、特別区、市町村及び関係団体

4. 実施期間

平成30年9月1日～9月30日

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、保健所設置市、特別区、市町村及び関係団体

健康増進普及月間の趣旨に賛同する都道府県、保健所設置市、特別区及び市町村及び関係団体は、関係機関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」、「禁煙支援マニュアル（第二版）増補改定版」及び「健康づくりのための睡眠指針 2014」の積極的な活用
- ③ スマート・ライフ・プロジェクトとの連携
スマート・ライフ・プロジェクトについては、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