

○ 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） 新旧対照表

改正後			改正前		
<p>この方針は、21世紀の我が国において少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、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合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージ（乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階をいう。以下同じ。）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し、その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な事項を示し、平成25年度から令和5年度までの「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動（健康日本21（第二次）」（以下「国民運動」という。）を推進するものである。</p>			<p>この方針は、21世紀の我が国において少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、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合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージ（乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階をいう。以下同じ。）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し、その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な事項を示し、平成25年度から平成34年度までの「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動（健康日本21（第二次）」（以下「国民運動」という。）を推進するものである。</p>		
別表第一 健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現に関する目標			別表第一 健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現に関する目標		
	項目	現状	項目	現状	目標
	① 健康寿命の延伸（日常生活に制限のない期間の平均の延伸）	(略)	① 健康寿命の延伸（日常生活に制限のない期間の平均の延伸）	(略)	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加 (令和4年度)
	② 健康格差の縮小（日常生活に制限のない期間の平均の都道府県格差の縮小）	(略)	② 健康格差の縮小（日常生活に制限のない期間の平均の都道府県格差の縮小）	(略)	都道府県格差の縮小 (令和4年度)
	(注)	(略)	(注)	(略)	
別表第二 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底に関する目標			別表第二 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底に関する目標		

(1) がん

項目	現 状	目 標
① 75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少（10万人当たり）	(略)	減少傾向へ (令和4年)
② がん検診の受診率の向上	(略)	50% (令和4年度)

(注) (略)

(2) 循環器疾患

項目	現 状	目 標
① 脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少（10万人当たり）	(略)	脳血管疾患 男性 41.6 女性 24.7 虚血性心疾患 男性 31.8 女性 13.7 (令和4年度)
② 高血圧の改善（収縮期血圧の平均値の低下）	(略)	男性 134mmHg 女性 129mmHg (令和4年度)
③ 脂質異常症の減少	(略)	総コレステロール240mg/dl以上の者の割合 男性 10% 女性 17% LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合

(1) がん

項目	現 状	目 標
① 75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少（10万人当たり）	(略)	減少傾向へ (平成34年)
② がん検診の受診率の向上	(略)	50% (平成34年度)

(注) (略)

(2) 循環器疾患

項目	現 状	目 標
① 脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少（10万人当たり）	(略)	脳血管疾患 男性 41.6 女性 24.7 虚血性心疾患 男性 31.8 女性 13.7 (平成34年度)
② 高血圧の改善（収縮期血圧の平均値の低下）	(略)	男性 134mmHg 女性 129mmHg (平成34年度)
③ 脂質異常症の減少	(略)	総コレステロール240mg/dl以上の者の割合 男性 10% 女性 17% LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合

		男性 6.2% 女性 8.8% (令和4年度)
④ メタボリック クシンドロー ムの該当者及 び予備群の減 少	(略)	平成20年度と比べて 25%減少 (令和4年度)
⑤ 特定健康診 査・特定保健 指導の実施率 の向上	(略)	特定健康診査の実施 率 70%以上 特定保健指導の実施 率 45%以上 (令和5年度)

(3) 糖尿病

項 目	現 状	目 標
① 合併症（糖 尿病腎症によ る年間新規透 析導入患者数 ）の減少	(略)	15,000人 (令和4年度)
② 治療継続者 の割合の増加	(略)	75% (令和4年度)
③ 血糖コント ロール指標に おけるコント ロール不良者 の割合の減少 （HbA1cが JDS値8.0 %（NGSP 値8.4%）以	(略)	1.0% (令和4年度)

		男性 6.2% 女性 8.8% (平成34年度)
④ メタボリック クシンドロー ムの該当者及 び予備群の減 少	(略)	平成20年度と比べて 25%減少 (平成34年度)
⑤ 特定健康診 査・特定保健 指導の実施率 の向上	(略)	特定健康診査の実施 率 70%以上 特定保健指導の実施 率 45%以上 (平成35年度)

(3) 糖尿病

項 目	現 状	目 標
① 合併症（糖 尿病腎症によ る年間新規透 析導入患者数 ）の減少	(略)	15,000人 (平成34年度)
② 治療継続者 の割合の増加	(略)	75% (平成34年度)
③ 血糖コント ロール指標に おけるコント ロール不良者 の割合の減少 （HbA1cが JDS値8.0 %（NGSP 値8.4%）以	(略)	1.0% (平成34年度)

上の者の割合の減少)		
④ 糖尿病有病者の増加の抑制	(略)	1,000万人 (令和4年度)
⑤ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(再掲)	(略)	平成20年度と比べて25%減少 (令和4年度)
⑥ 特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上(再掲)	(略)	特定健康診査の実施率 70%以上 特定保健指導の実施率 45%以上 (令和5年度)

(4) COPD

項目	現状	目標
① COPDの認知度の向上	(略)	80% (令和4年度)

別表第三 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上に関する目標

(1) こころの健康

項目	現状	目標
① 自殺者の減少(人口10万人当たり)	(略)	13.0以下 (令和8年度)
② 気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合	(略)	9.4% (令和4年度)

上の者の割合の減少)		
④ 糖尿病有病者の増加の抑制	(略)	1000万人 (平成34年度)
⑤ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(再掲)	(略)	平成20年度と比べて25%減少 (平成34年度)
⑥ 特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上(再掲)	(略)	特定健康診査の実施率 70%以上 特定保健指導の実施率 45%以上 (平成35年度)

(4) COPD

項目	現状	目標
① COPDの認知度の向上	(略)	80% (平成34年度)

別表第三 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上に関する目標

(1) こころの健康

項目	現状	目標
① 自殺者の減少(人口10万人当たり)	(略)	13.0以下 (平成38年度)
② 気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合	(略)	9.4% (平成34年度)

の減少		
③ メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合の増加	(略)	100% (令和2年)
④ 小児人口10万人当たりの小児科医・児童精神科医師の割合の増加	(略)	増加傾向へ (令和4年度)

(2) 次世代の健康

項目	現状	目標
① 健康な生活習慣（栄養・食生活、運動）を有する子どもの割合の増加		
ア 朝・昼・夕の三食を必ず食べることに気をつけて食事をしている子どもの割合の増加	(略)	100%に近づける (令和4年度)
イ 運動やスポーツを習慣的に行っていない子どもの割合の減少	(略)	減少傾向へ (令和4年度)

の減少		
③ メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合の増加	(略)	100% (平成32年)
④ 小児人口10万人当たりの小児科医・児童精神科医師の割合の増加	(略)	増加傾向へ (平成34年度)

(2) 次世代の健康

項目	現状	目標
① 健康な生活習慣（栄養・食生活、運動）を有する子どもの割合の増加		
ア 朝・昼・夕の三食を必ず食べることに気をつけて食事をしている子どもの割合の増加	(略)	100%に近づける (平成34年度)
イ 運動やスポーツを習慣的に行っていない子どもの割合の減少	(略)	減少傾向へ (平成34年度)

② 適正体重の子どもの増加		
ア 全出生数中の低出生体重児の割合の減少	(略)	減少傾向へ (令和4年)
イ 肥満傾向にある子どもの割合の減少	(略)	児童・生徒における肥満傾向児の割合 7.0% (令和6年度)

(3) 高齢者の健康

項目	現 状	目 標
① 介護保険サービス利用者の増加の抑制	(略)	657万人 (令和7年度)
② 認知症サポーター数の増加	(略)	1,200万人 (令和2年度)
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	(略)	80% (令和4年度)
④ 低栄養傾向（BMI 20以下）の高齢者の割合の増加の抑制	(略)	22% (令和4年度)
⑤ 足腰に痛みのある高齢者	(略)	男性 200人 女性 260人

② 適正体重の子どもの増加		
ア 全出生数中の低出生体重児の割合の減少	(略)	減少傾向へ (平成34年)
イ 肥満傾向にある子どもの割合の減少	(略)	児童・生徒における肥満傾向児の割合 7.0% (平成36年度)

(3) 高齢者の健康

項目	現 状	目 標
① 介護保険サービス利用者の増加の抑制	(略)	657万人 (平成37年度)
② 認知症サポーター数の増加	(略)	1200万人 (平成32年度)
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	(略)	80% (平成34年度)
④ 低栄養傾向（BMI 20以下）の高齢者の割合の増加の抑制	(略)	22% (平成34年度)
⑤ 足腰に痛みのある高齢者	(略)	男性 200人 女性 260人

の割合の減少 (1,000人当 たり)		(令和4年度)
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)	(略)	80% (令和4年度)

(注) (略)

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

項 目	現 状	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)	(略)	65% (令和4年度)
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	(略)	25% (令和4年度)
③ 健康づくり に関する活動 に取り組み、 自発的に情報 発信を行う企	参画企業数 233 社 参画団体数 367 団体 (平成23年度)	参画企業数 3,000 社 参画団体数 7,000 団体 (令和4年度)

の割合の減少 (1,000人当 たり)		(平成34年度)
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)	(略)	80% (平成34年度)

(注) (略)

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

項 目	現 状	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)	(略)	65% (平成34年度)
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	(略)	25% (平成34年度)
③ 健康づくり に関する活動 に取り組み、 自発的に情報 発信を行う企	参画企業数 233 社 参画団体数 367 団体 (平成23年度)	参画企業数 3,000 社 参画団体数 7,000 団体 (平成34年度)

業等登録数の増加		
④ 健康づくりに関して身近で専門的な支援・相談が受けられる民間団体の活動拠点数の増加	(略)	15,000 (令和4年度)
⑤ 健康格差対策に取り組む自治体の増加 (課題となる健康格差の実態を把握し、健康づくりが不利な集団への対策を実施している都道府県の数)	(略)	47都道府県 (令和4年度)

別表第五 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善に関する目標

(1) 栄養・食生活

項目	現 状	目 標
① 適正体重を維持している者の増加（肥満（BMI 25以上）、やせ（BMI 18.5	(略)	20歳～60歳代男性の肥満者の割合 28% 40歳～60歳代女性の肥満者の割合 19% 20歳代女性のやせの者の割合 20%

業等登録数の増加		
④ 健康づくりに関して身近で専門的な支援・相談が受けられる民間団体の活動拠点数の増加	(略)	15,000 (平成34年度)
⑤ 健康格差対策に取り組む自治体の増加 (課題となる健康格差の実態を把握し、健康づくりが不利な集団への対策を実施している都道府県の数)	(略)	47都道府県 (平成34年度)

別表第五 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善に関する目標

(1) 栄養・食生活

項目	現 状	目 標
① 適正体重を維持している者の増加（肥満（BMI 25以上）、やせ（BMI 18.5	(略)	20歳～60歳代男性の肥満者の割合 28% 40歳～60歳代女性の肥満者の割合 19% 20歳代女性のやせの者の割合 20%

未満)の減少)		(令和4年度)
② 適切な量と質の食事をする者の増加		
ア 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	(略)	80% (令和4年度)
イ 食塩摂取量の減少	(略)	8 g (令和4年度)
ウ 野菜と果物の摂取量の増加	(略)	野菜摂取量の平均値 350 g 果物摂取量100 g 未満の者の割合 30% (令和4年度)
③ 共食の増加(食事を1人で食べる子どもものの割合の減少)	(略)	減少傾向へ (令和4年度)
④ 食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業及び飲食店の登録数の増加	(略)	食品企業登録数 10 0社 飲食店登録数 30,0 00店舗 (令和4年度)

未満)の減少)		(平成34年度)
② 適切な量と質の食事をする者の増加		
ア 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	(略)	80% (平成34年度)
イ 食塩摂取量の減少	(略)	8 g (平成34年度)
ウ 野菜と果物の摂取量の増加	(略)	野菜摂取量の平均値 350 g 果物摂取量100 g 未満の者の割合 30% (平成34年度)
③ 共食の増加(食事を1人で食べる子どもものの割合の減少)	(略)	減少傾向へ (平成34年度)
④ 食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業及び飲食店の登録数の増加	(略)	食品企業登録数 10 0社 飲食店登録数 30,0 00店舗 (平成34年度)

⑤ 利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設の割合の増加	(略)	80% (令和4年度)
--	-----	----------------

(2) 身体活動・運動

項目	現 状	目 標
① 日常生活における歩数の増加	(略)	20歳～64歳 男性 9,000歩 女性 8,500歩 65歳以上 男性 7,000歩 女性 6,000歩 (令和4年度)
② 運動習慣者の割合の増加	(略)	20歳～64歳 男性 36% 女性 33% 65歳以上 男性 58% 女性 48% (令和4年度)
③ 住民が運動しやすいまちづくり・環境整備に取り組む自治体数の増加	(略)	47都道府県 (令和4年度)

(3) 休養

⑤ 利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設の割合の増加	(略)	80% (平成34年度)
--	-----	-----------------

(2) 身体活動・運動

項目	現 状	目 標
① 日常生活における歩数の増加	(略)	20歳～64歳 男性 9,000歩 女性 8,500歩 65歳以上 男性 7,000歩 女性 6,000歩 (平成34年度)
② 運動習慣者の割合の増加	(略)	20歳～64歳 男性 36% 女性 33% 65歳以上 男性 58% 女性 48% (平成34年度)
③ 住民が運動しやすいまちづくり・環境整備に取り組む自治体数の増加	(略)	47都道府県 (平成34年度)

(3) 休養

項目	現 状	目 標
① 睡眠による 休養を十分と れていない者 の割合の減少	(略)	15% (令和4年度)
② 週労働時間 60時間以上の 雇用者の割合 の減少	(略)	5.0% (令和2年)

(4) 飲酒

項目	現 状	目 標
① 生活習慣病 のリスクを高 める量を飲酒 している者（ 1日当たりの 純アルコール 摂取量が男性 40g以上、女 性20g以上の 者）の割合の 減少	(略)	男性 13% 女性 6.4% (令和4年度)
② 未成年者の 飲酒をなくす	(略)	0% (令和4年度)
③ 妊娠中の飲 酒をなくす	(略)	0% (令和4年度)

(5) 喫煙

項目	現 状	目 標
① 成人の喫煙 率の減少（喫 煙をやめたい	(略)	12% (令和4年度)

項目	現 状	目 標
① 睡眠による 休養を十分と れていない者 の割合の減少	(略)	15% (平成34年度)
② 週労働時間 60時間以上の 雇用者の割合 の減少	(略)	5.0% (平成32年)

(4) 飲酒

項目	現 状	目 標
① 生活習慣病 のリスクを高 める量を飲酒 している者（ 1日当たりの 純アルコール 摂取量が男性 40g以上、女 性20g以上の 者）の割合の 減少	(略)	男性 13% 女性 6.4% (平成34年度)
② 未成年者の 飲酒をなくす	(略)	0% (平成34年度)
③ 妊娠中の飲 酒をなくす	(略)	0% (平成34年度)

(5) 喫煙

項目	現 状	目 標
① 成人の喫煙 率の減少（喫 煙をやめたい	(略)	12% (平成34年度)

者がやめる		
② 未成年者の喫煙をなくす	(略)	0% (令和4年度)
③ 妊娠中の喫煙をなくす	(略)	0% (令和4年度)
④ 受動喫煙の機会を有する者の割合の減少	(略)	望まない受動喫煙のない社会の実現 (令和4年度)

(6) 歯・口腔の健康

項目	現状	目標
① 口腔機能の維持・向上（60歳代における咀嚼良好者の割合の増加）	(略)	80% (令和4年度)
② 歯の喪失防止		
ア 80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加	(略)	60% (令和4年度)
イ 60歳で24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加	(略)	80% (令和4年度)
ウ 40歳で喪失歯のない者の割合の増加	(略)	75% (令和4年度)
③ 歯周病を有		

者がやめる		
② 未成年者の喫煙をなくす	(略)	0% (平成34年度)
③ 妊娠中の喫煙をなくす	(略)	0% (平成34年度)
④ 受動喫煙の機会を有する者の割合の減少	(略)	望まない受動喫煙のない社会の実現 (平成34年度)

(6) 歯・口腔の健康

項目	現状	目標
① 口腔機能の維持・向上（60歳代における咀嚼良好者の割合の増加）	(略)	80% (平成34年度)
② 歯の喪失防止		
ア 80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加	(略)	60% (平成34年度)
イ 60歳で24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加	(略)	80% (平成34年度)
ウ 40歳で喪失歯のない者の割合の増加	(略)	75% (平成34年度)
③ 歯周病を有		

する者の割合の減少		
ア 20歳代における歯肉に炎症所見を有する者の割合の減少	(略)	25% (令和4年度)
イ 40歳代における進行した歯周炎を有する者の割合の減少	(略)	25% (令和4年度)
ウ 60歳代における進行した歯周炎を有する者の割合の減少	(略)	45% (令和4年度)
④ 乳幼児・学齢期のう蝕のない者の増加		
ア 3歳児でう蝕がない者の割合が80%以上である都道府県の増加	(略)	47都道府県 (令和4年度)
イ 12歳児の一人平均う歯数が1.0歯未満である都道府県の増加	(略)	47都道府県 (令和4年度)
⑤ 過去1年間	(略)	65%

する者の割合の減少		
ア 20歳代における歯肉に炎症所見を有する者の割合の減少	(略)	25% (平成34年度)
イ 40歳代における進行した歯周炎を有する者の割合の減少	(略)	25% (平成34年度)
ウ 60歳代における進行した歯周炎を有する者の割合の減少	(略)	45% (平成34年度)
④ 乳幼児・学齢期のう蝕のない者の増加		
ア 3歳児でう蝕がない者の割合が80%以上である都道府県の増加	(略)	47都道府県 (平成34年度)
イ 12歳児の一人平均う歯数が1.0歯未満である都道府県の増加	(略)	47都道府県 (平成34年度)
⑤ 過去1年間	(略)	65%

に歯科検診を
受診した者の
割合の増加

(令和4年度)

に歯科検診を
受診した者の
割合の増加

(平成34年度)