

## 健康的な生活習慣づくり重点化事業の実施要綱

### 1. 目的

喫煙や食習慣などの生活習慣が関与する生活習慣病は、その生活習慣を改善することにより病気の発症予防や重症化を予防することができる。

現在、「健康日本21」や「食育推進基本計画」等において、たばこ、栄養、運動等について目標を立て、健康的な生活習慣の形成を通じた一次予防を重視した健康づくり運動を行っているところである。

しかしながら、喫煙率は、男性4割弱、女性1割強であり、男性は先進諸国と比べ高い状況にあり、また、40-74歳の男性の2人に1人、女性の5人に1人が、メタボリックシンドロームが強く疑われる者又は予備群と考えられる者である。

さらに、「健康日本21」の中間評価において、未だ取組が不十分であると指摘され、特に、たばこ、栄養、運動については、重点的な取組及び幅広く運動を展開していくことが必要とされているところである。

国民の生活習慣を改善する上で、ポピュレーションアプローチが重要と考えられていることから、地域、職域及び学校等の身近なところで、たばこ対策や肥満予防に関する事業を総合的に実施することにより効果的な生活習慣の改善による健康増進を図ることを目的とする。

### 2. 実施主体

この事業の実施主体は都道府県、保健所を設置する市及び特別区とする。

### 3. 事業内容

本事業の対象は、以下のとおりとする。

#### (1) たばこ対策促進事業

省略

#### (2) メタボリックシンドローム予防戦略事業

近年、不適切な食生活や運動不足による成人の肥満者の割合が増加しているが、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防には、子どものころから健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、健全な食生活や運動習慣を身につけることが重要である。また、個人の生活習慣の改善には、家庭、学校、地域等の社会全体がその取組を継続的に支援していくことも必要である。

このため、若年期からの肥満予防対策として、子どもとその保護者等の健康状態、食生活や運動・身体活動等に関する生活習慣の実態把握を行うとともに、地域と学校等との連携のもと、子どもとその親に対して食生活と運動の両面からアプローチする若年期からの肥満予防の取組を実施するものである。さらに、壮年期を中心とした肥満予防対策として、運動施

設等を活用した具体的な体験機会の提供など、飲食店、民間産業等とも連携した取組を実施するものである。

また、食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）に基づく食育推進基本計画が決定されており、地域における健康づくりのための食育の取組についても推進するものである。

a 若年期からの肥満予防対策事業

①子どもと保護者等の健康状態、食生活、身体活動の実態調査

対象地区の子どもと保護者等の健康状態、食生活、身体活動・運動の状況を把握し、課題の把握等を行う。また、評価項目を決め、事業実施後の成果の把握。

②親子ワークショップ、講演会等の開催

親子で参加できる健全な食生活（朝食欠食者の減少含む。）と運動・身体活動の実践、肥満や生活習慣病などの健康状態に関する知識を理解するためのワークショップ・講習会の開催。なお、①において過体重、肥満の者に対しては、食生活や運動を含めた生活習慣について管理栄養士等による個別指導の実施。

③民間産業、商店街等と連携した肥満予防対策及び朝食欠食率減少に向けた取組の推進

地域の商店街等においてスーパーマーケット、コンビニエンスストア、飲食店などの食品関連事業者等と連携した、肥満予防のための健全な食生活や運動に関する取組及び朝食欠食率減少を含む生活習慣の改善に向けた取組の推進。

b 壮年期を中心とした肥満及びメタボリックシンドローム予防対策事業

①運動施設等を活用した肥満予防・改善のための体験機会の提供及びその効果判定

運動施設（健康増進施設を含む）等を活用し、「食事バランスガイド」、「エクササイズガイド」等を取り入れた肥満予防・改善のための具体的な体験機会を提供する。また、過体重、肥満の者に対しては、食生活や運動を含めた生活習慣について管理栄養士等による個別指導を実施する。その後、フォローアップ調査を実施し、その有効性を評価する。

②民間産業と連携した朝食の欠食率減少に向けた取組

飲食店におけるバランスのとれた朝食メニューの提供等、民間産業と連携した朝食欠食者の減少に向けた取組を推進する。

c 事業企画・評価委員会等の設置・運営

上記 a 及び b の事業を円滑に実施するために、地域の保健医療・教育関係者、民間産業等を含めた栄養・食生活、運動、肥満対策関係者で構成される委員会等を設置し、事業の計画策定、調査の企画・解析、事業の推進及び評価、事業実施報告書の作成等を行うこと。なお、既存の委員会等を活用してもよい。

d 留意事項

- ①実施にあたっては、実施地区の市町村管理栄養士、関係機関、関係団体、民間産業等と連携を図ること。
- ②事業の企画立案にあたっては、食育推進基本計画にも、子どもの肥満予防の推進、朝食を欠食する国民の割合の減少、「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、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等が盛り込まれていることから、各都道府県食育推進計画、市町村食育推進計画との関連も視野に入れること。
- ③若年期からの肥満予防対策事業を実施するにあたっては、若年期からの健全な食生活と運動習慣の徹底という観点から取り組むこと。また、適正体重の維持という観点から、単に体重の減少ということを目指すのではなく、児童・生徒の成長や低体重の者にも配慮し、健康状態や生活習慣病に関する理解を深め、生活習慣の自己管理ができることを目指す内容とすること。
- ④事業実施に付随する教育媒体や学習教材の作成にあたっては、地域の特性や実情を考慮して作成すること。
- ⑤事業の評価は、プロセス評価、アウトカム評価を行い報告すること。また、「食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究」における食育データベースに事業実施内容及び事業評価を登録すること。

#### 4. 経費の負担

都道府県、保健所を設置する市及び特別区がこの実施要綱に基づき実施する事業に要する経費については、別に定める「感染症予防事業費等国庫負担（補助）金交付要綱」に基づいて、予算の範囲内で国庫補助を行うものとする。

#### 5. この要綱は平成21年4月1日から適用する。