

令和4年度食生活改善普及運動実施要綱

1 名称

令和4年度食生活改善普及運動

2 趣旨

平成25年度から推進してきた健康日本21（第二次）の最終評価において、栄養・食生活の目標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」、「野菜と果物の摂取量の増加」は悪化しており、「食塩摂取量の減少」については、現状値と目標値との間に乖離があるとの議論が行われた。また、「適正体重を維持している者の増加」については、男性の肥満者の割合が増加し、若年女性のやせ、65歳以上の低栄養傾向の者の割合は約2割いる。こうした課題の改善には、主食・主菜・副菜を上手に組み合わせながら、多様な食品を摂取していくことが重要であり、バランスのよい食事を摂ることは全ライフコースを通じて重視されている。また、今般の新型コロナウイルス感染症の影響による新しい生活様式の実践等により食事を見つめ直す契機ともなっている。

こうした背景を踏まえ、今後より一層、食生活改善の重要性を普及・啓発することが求められることから、本年度も引き続き、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマとし、食生活改善に向けた取組について更に強化するため、令和4年9月1日（木）から30日（金）までの1か月間、全国的に本運動を展開する。

なお、取組を実施するに当たっては、地域診断結果に基づき、取組の対象者・手法等を検討し、効率的かつ効果的なアプローチが行われるよう工夫すること。

3 実施機関等

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、市町村、特別区、関係団体等

4 実施期間

令和4年9月1日（木）～30日（金）

5 重点活動の目標

健康日本21（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、食塩摂取量の減少に加え、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。

6 実施方法

(1) 厚生労働省

厚生労働省は、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、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、幅広い企業・団体等が主体となり、関係機関・団体等との連携を促すため、本運動に関する周知を幅広く行う。また、リーフレットやPOP等の普及啓発用素材（「バランスのよい食事」、「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」）を作成、配布することで運動を推進する。なお、普及啓発用素材は、スマート・ライフ・プロジェクトのホームページに掲載し、自由にダウンロードして活用いただけるようにする。

※スマート・ライフ・プロジェクトについては、専用ホームページを開設しているので参照されたい。 (<http://www.smartlife.go.jp/>)

(2) 都道府県、市町村及び特別区

本運動の趣旨に賛同する都道府県、市町村及び特別区は、関係部局や関係団体、小売店及び飲食店、管理栄養士・栄養士養成施設、調理師養成施設等との連携を密にする等、地域住民や学生を巻き込んだ効果的な運動を展開し、上記の普及啓発用素材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。

なお、今般の新型コロナウイルス感染症の対策については「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」（令和3年11月19日新型コロナウイルス感染症対策本部決定）及び業種ごとに策定される感染拡大予防ガイドライン等に基づき進めているところであり、本運動に係る取組の実施に当たっても、これらを踏まえた感染拡大の防止に留意し、適切に対応いただきたい。

※新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針の最新版については、専用ホームページに掲載しているので参照されたい。

(<https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/seifunotorikumi.html>)