

10:05  
～11:05

座長 丸山 彰一  
(まるやま しょういち)  
予防早期医療創成センター長  
医学系研究科腎臓内科学 教授

身体活動を通じた国民の健康寿命延伸に向けた厚生労働省の取組

厚生労働省 健康・生活衛生局 健康課 課長補佐

小田 琢也(おだ たくや)氏

我が国では、1978年から「第1次国民健康づくり運動」、1988年からは「第2次国民健康づくり運動」が実施された。その後、2000年からは生活習慣病の一次予防を重視した「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)」を策定し、2013年には「健康日本21(第二次)」へ進展させ、2024年4月より「健康日本21(第三次)」が開始となる。

「健康日本21(第二次)」では、身体活動・運動分野について、1日の歩数及び運動習慣者の割合の目標値を設定し、取組を進めてきた。しかし、昨年度の最終評価において、歩数・運動習慣者の割合は、横ばいまたは減少傾向と評価され、今後も引き続き身体活動・運動の意義や重要性を広く国民に周知啓発しつつ、健康づくりの取組を進めていく必要がある。

こうした状況を踏まえ、「健康日本21(第三次)」においては、引き続き、1日の歩数及び運動習慣者の割合を目標に設定するとともに、関係省庁と連携し、こどもの運動習慣や環境整備に関する目標を設定し、取組を進めていく予定である。また、「健康づくりのための身体活動基準2013」についても最新のエビデンス等に基づき改訂を行い、これらも活用しつつ、さらなる国民の健康づくりの取組を推進する。

11:10  
～12:10

座長 内田 広夫  
(うちだ ひろお)  
予防早期医療創成センター 教授  
医学系研究科小児外科学(兼務)

スポーツ庁におけるスポーツを通じた健康増進の取組

スポーツ庁 健康スポーツ課 室長補佐

福島 俊(ふくしま さとし)氏

スポーツ庁はスポーツ基本法の趣旨を踏まえ、スポーツを通じて「国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む」ことができる社会の実現を最大の使命としている。

現行の第3期スポーツ基本計画では、国民が「する」「みる」「ささえる」ことを真に実現できる社会を目指すため、①スポーツを「つくる／はぐくむ」、②「あつまり」、スポーツを「ともに」行い、「つながり」を感じる、③スポーツに「誰もがアクセス」できるという新たな視点からスポーツ参画人口を拡大に向けて取り組むことを掲げている。取り分け、生活習慣の中に自然とスポーツが取り込まれる「Sport in Life」という姿を目指している。

また、第3期スポーツ基本計画において、今後5年間に総合的かつ計画的に取り組む施策として、スポーツによる健康増進が掲げられ、健康増進に資するスポーツに関する研究の充実・調査研究成果の利用促進や、医療・介護、民間事業者・保険者との連携の促進が掲げられている。

スポーツ庁においては、スポーツ参画人口の拡大やスポーツによる健康増進のため、様々な事業を実施してきた。今回は、昨今のスポーツ庁における取組を紹介する。