【ワークシート0-2】健康日本21（第三次）の栄養・食生活分野における目標の設定理由

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 目標 | 設定理由 | |
| 策定時の課題 | 科学的根拠 |
| ①適正体重を維持している者の増加（肥満，若年女性のやせ，低栄養傾向の高齢者の減少）  ②児童・生徒における肥満傾向児の減少 | （記入例）  ・20～60歳代男性の肥満者の割合は，2013年から2019年は有意に増加  ・40～60歳代女性の肥満者は約２割で有意な増減はない  ・20歳代女性のやせは，過去20年間に大きな増減はなく，30歳代においても同様に一定の割合が存在する  （令和元年国民健康・栄養調査） | （記入例）  ・肥満はがん，循環器病，２型糖尿病などの生活習慣病との関連がある  ・若年女性のやせは骨量減少，低出生体重児出産のリスクなどとの関連がある  ・高齢者のやせは，肥満よりも死亡率が高くなる |
| ③バランスの良い食事を摂っている者の増加 |  |  |
| ④野菜摂取量の増加 |  |  |
| ⑤果物摂取量の改善 |  |  |
| ⑥食塩摂取量の減少 |  |  |

BMI：body mass index, 体格指数.　体重（kg）/身長（ｍ）²