

		項目	目標	現状	
生活習慣の改善	栄養・食生活	適正体重 ^(※) を維持している人の増加 －肥満の減少 －若年女性のやせの減少 －低栄養傾向の高齢者の減少 <small>※～65歳：BMI18.5～25未満、65歳以上：BMI20～25未満</small>	66%	60.3%	
		肥満傾向にある児童・生徒の減少 (目標は今後設定する予定)		小学5年生の女子：9.26% 小学5年生の男子：12.58%	
		バランスの良い食事 ^(※) を摂っている人の増加 <small>※主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ほぼ毎日</small>	50%	—	
		野菜摂取量の増加 果物摂取量の改善 食塩摂取量の減少	350g/日 200g/日 7g/日	281g/日 99g/日 10.1g/日	
	身体活動・運動	日常生活における歩数の増加	20～64歳：8,000歩/日 65歳以上：6,000歩/日	20～64歳：女性6,685歩、男性7,864歩 65歳以上：女性4,656歩、男性5,396歩	
		運動習慣者 ^(※) の増加 <small>※1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人</small>	20～64歳：30% 65歳以上：50%	20～64歳：女性16.9%、男性23.5% 65歳以上：女性33.9%、男性41.9%	
		運動やスポーツを習慣的に行っていないことも ^(※) の減少 <small>※体育授業を除く1週間の総運動時間が60分未満のことも</small> (目標は今後設定する予定)		小学5年生の女子：14.4% 小学5年生の男子：8.8%	
	休養・睡眠	睡眠で休養がとれている者 ^(※) の増加 <small>※自律神経・栄養状態等で睡眠で休養が「充分とれている」「まあまあとれている」と回答した人</small>	20歳～59歳：75% 60歳以上：90%	20～59歳：70.4% 60歳以上：86.8%	
		睡眠時間 ^(※) が十分に確保できている人の増加 <small>※20～59歳：6～9時間、60歳以上：6～8時間</small>	20～59歳：60% 60歳以上：60%	20～59歳：53.2% 60歳以上：55.8%	
	飲酒	過労後時間60時間以上の雇用者の減少	5%	8.8%	
		生活習慣病のリスクを高める量 ^(※) を飲酒している人の減少 <small>※純アルコール摂取量/日が女性20g以上、男性40g以上</small>	10%	女性：9.1% 男性：14.9%	
	喫煙	20歳未満の飲酒をなくす	0%	2.2%	
		喫煙者の減少 20歳未満の喫煙をなくす	12% 0%	16.7% 0.6%	
	歯・口腔の健康	妊娠中の喫煙をなくす	(目標は今後設定する予定)	1.9%	
		40歳以上の歯周病の減少	40%	57.2%	
		よく噛んで食べることができる50歳以上の人の増加	80%	71%	
	生活習慣病の発症予防・重症化予防	がん	がんの罹患率 ^(※) の減少 <small>※人口10万人当たり</small>	減少	乳がん：女性100.5 子宮頸がん：女性13.9 膵がん：女性23.1、男性63.4 大腸がん：女性44.9、男性73.2 肺がん：女性26.1、男性61.9
			がんの死亡率 ^(※) の減少 <small>※人口10万人当たり</small>	減少	女性：82.2 男性：146.1
がん検診の受診率向上			60%	子宮頸がん：女性43.7% 乳がん：女性47.4% 胃がん：女性37.1%、男性48.0% 肺がん：女性45.6%、男性53.4% 大腸がん：女性40.9%、男性47.8%	
循環器病		脳血管疾患・心疾患の死亡率 ^(※) の減少 <small>※人口10万人当たり</small>	減少	女性165.3 (脳血管疾患55.1+心疾患110.2) 男性287.5 (脳血管疾患93.7+心疾患193.8)	
		高血圧の改善	現状値 ^(※) の収縮期血圧の平均値から5mmHgの低下 <small>※2024年に集計予定</small>	女性：129.0mmHg 男性：133.9mmHg	
		脂質高値 ^(※) の人の減少 <small>※LDLコレステロール≧160mg/dL以上</small>	現状値 ^(※) の脂質高値の人の割合から25%減少 <small>※2024年に集計予定</small>	女性：12.3% 男性：9.1%	
		メタボリックシンドローム及び予備群の減少 特定健康診査の実施率の向上 特定保健指導の実施率の向上	(目標は今後設定する予定) (目標は今後設定する予定) (目標は今後設定する予定)	約1,619万人 56.5% 24.6%	
		糖尿病の合併症(糖尿病腎症)の減少	12,000人	15,271人	
		治療継続者の増加 血糖コントロール不良者 ^(※) の減少 <small>※HbA1c≧8%以上</small>	75% 1%	67.6% 女性：0.71% 男性：1.86%	
糖尿病		糖尿病の人の増加の抑制	1,350万人 <small>(2022年に糖尿病の人が約1,448万人になる予測を踏まえた目標値)</small>	約1,000万人	
		メタボリックシンドローム及び予備群の減少 特定健康診査の実施率の向上 特定保健指導の実施率の向上	(目標は今後設定する予定) (目標は今後設定する予定) (目標は今後設定する予定)	約1,619万人 56.5% 24.6%	
		COPDの死亡率 ^(※) の減少 <small>※人口10万人当たり</small>	10	13.3	
慢性閉塞性肺疾患		ロコモティブシンドローム ^(※) の減少 <small>※人口千人当たりの足腰に痛みのある65歳以上の高齢者</small>	210人	232人	
		骨粗鬆症検診受診率の向上	15%	5.3%	
生活機能の維持・向上		心理的苦痛 ^(※) を感じている人の減少 <small>※4.6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点以上</small>	9.4%	10.3%	
		地域の人々とのつながりが強いと思う人の増加	45%	40.2%	
社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上		社会活動 ^(※) を行っている人の増加 <small>※就労・就学を含む</small>	現状値 ^(※) から5%の増加 <small>※2024年以降に集計予定</small>	町内会や地域行事などの活動：43.1% ボランティア活動：15.6% スポーツ関係のグループ活動：19.6% 趣味関係のグループ活動：23.0% その他のグループ活動：16.6% 仕事に就いている：60.9%	
		地域等で共食している人の増加	30%	15.7%	
	メンタルヘルス対策に取り組み事業場の増加 心のサポーターの増加	80% 100万人	59.2% —		
自然に健康になれる環境づくり	「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」に登録されている都道府県数の増加	47都道府県	0都道府県		
	「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくりに取り組む市町村数の増加	100市町村	73市町村		
	望まない受動喫煙の減少	望まない受動喫煙のない社会の実現	家庭での受動喫煙率：6.9% 飲食店：29.6% 職場：26.1%		
誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	スマート・ライフ・プロジェクト活動企業・団体の増加	1,500団体	—		
	健康経営に取り組む企業数の増加	10万社(更新予定)	12万9,040社		
	特定給食施設 ^(※) の増加 <small>※管理栄養士・栄養士を配置している施設(病院、介護老人保健施設、介護医療院を除く)</small>	75%	70.8%		
	必要な産業保健サービスを提供している事業場の増加	80%	—		
子ども	運動やスポーツを習慣的に行っていないことも ^(※) の減少 <small>※体育授業を除く1週間の総運動時間が60分未満のことも</small> (目標は今後設定する予定)		小学5年生の女子：14.4% 小学5年生の男子：8.8%		
	肥満傾向にある児童・生徒の減少 (目標は今後設定する予定)		小学5年生の女子：9.26% 小学5年生の男子：12.58%		
	20歳未満の飲酒をなくす	0%	2.2%		
	20歳未満の喫煙をなくす	0%	0.6%		
	低栄養傾向の高齢者 ^(※) の減少 <small>※BMI20以下の65歳以上の高齢者</small>	13%	16.8%		
	ロコモティブシンドローム ^(※) の減少 <small>※人口千人当たりの足腰に痛みのある65歳以上高齢者</small>	210人	232人		
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	高齢者	町内会や地域行事などの活動 ボランティア活動 スポーツ関係のグループ活動 趣味関係のグループ活動 その他のグループ活動 仕事に就いている 就学している：データなし	現状値 ^(※) から10%の増加 <small>※2024年以降に集計予定</small>	48.1% 18.7% 21.2% 26.4% 20.1% 36.7% なし	
		社会活動を行っている65歳以上の高齢者の増加			
	女性	若年女性のやせ ^(※) の減少 <small>※BMI18.5未満の20歳～30歳代の女性</small>	15%	18.1%	
骨粗鬆症検診受診率の向上 生活習慣病のリスクを高める量 ^(※) を飲酒している女性の減少 <small>※純アルコール摂取量/日が20g以上</small>		15% 6.4%	5.3% 9.1%		
	妊娠中の喫煙をなくす	(目標は今後設定する予定)	1.9%		