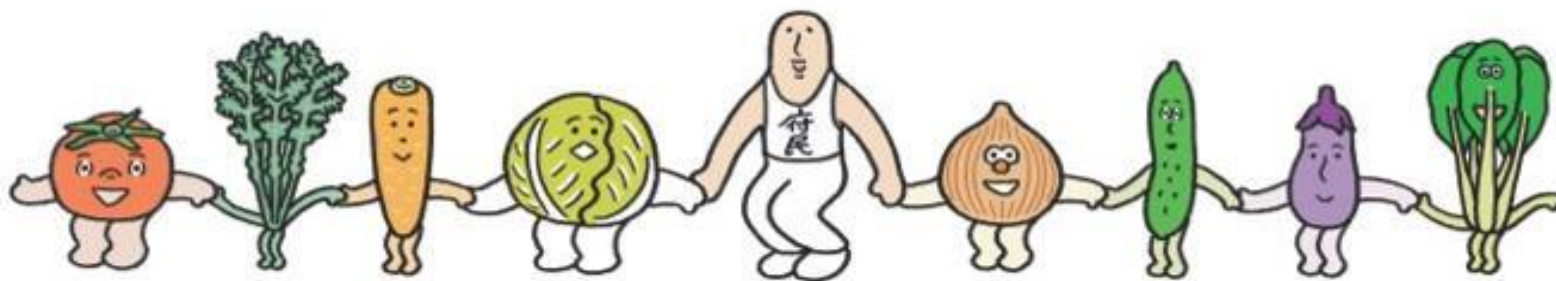


大阪府の取組みと 国の動きについて



大阪府健康医療部
健康推進室 健康づくり課

第4次大阪府食育推進計画（令和6年度から令和17年度）

【基本理念】

全ての府民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会

～いのち輝く健康未来都市・大阪の実現～

【基本目標】

- ・食を通じた健康づくり
- ・食を通じた豊かな心の育成
- ・自然に健康になれる持続可能な食環境づくり

【基本方針】

○健康的な食生活の実践と食に関する理解の促進

- ①健康的な食生活の実践の促進
- ②食の安全安心の取組み
- ③生産から消費までを通じた食育の推進
- ④万博を契機とした食育の推進

○食育を支える社会環境整備

- ①多様な主体による食育推進運動の展開
- ②多様な主体が参画したネットワークの強化

合言葉は

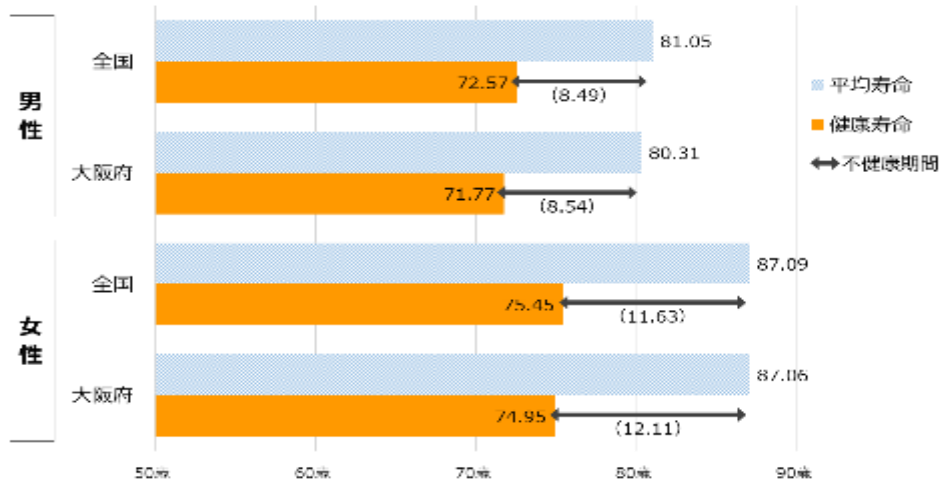
野菜バリバリ朝食モリモリ！
みんなでつなぐ大阪の食



平均寿命と健康寿命

○府民の「平均寿命」、「健康寿命」は、男女とも全国平均を下回る。

■平均寿命と健康寿命（日常生活に制限がない期間）
（令和4年度・大阪府・全国）

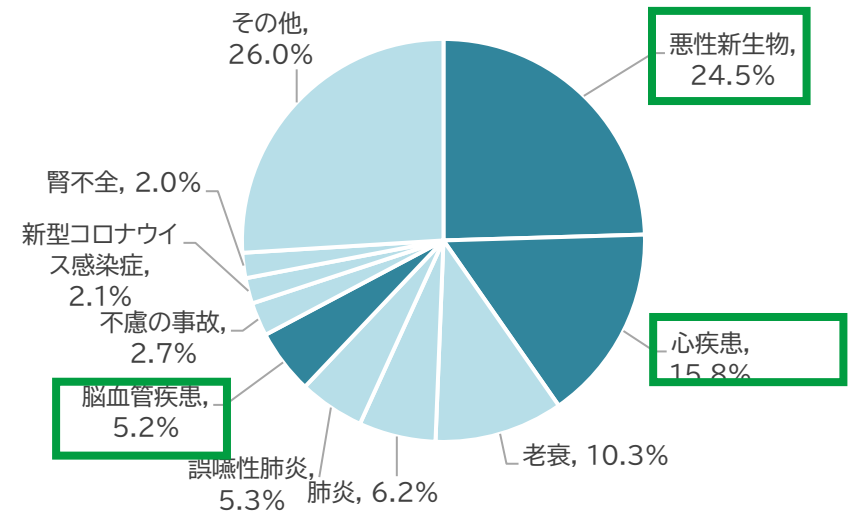


〔出典〕健康日本21（第三次）推進専門委員会資料（令和6年12月24日）

主な死因

○悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患など、生活習慣と関わりが深い疾患(生活習慣病)が約5割。

■主な死因の割合（令和6年・大阪府）



〔出典〕厚生労働省『人口動態統計月報年計』

※構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100とはならない。

市町村の健康格差（健康寿命の差）

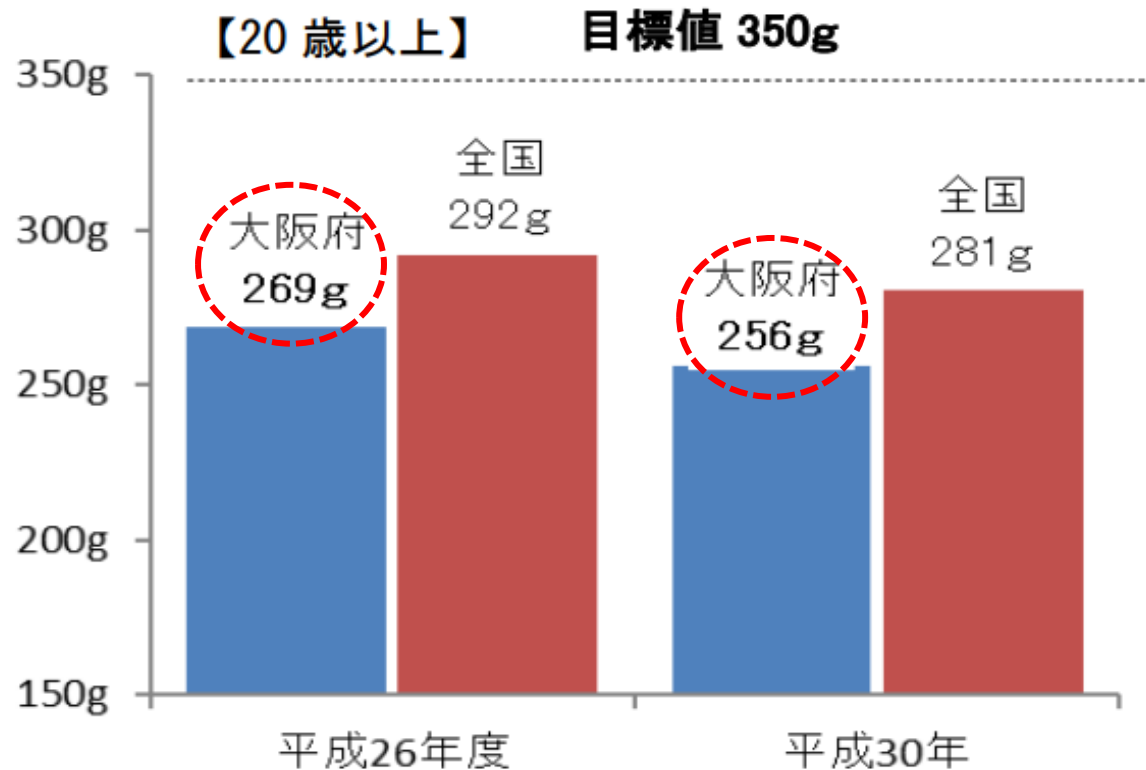
○府内市町村間においては健康格差（健康寿命の差）が生じている。

出典：国保データベース(KDB)システム、大阪府調べ

最も高い自治体と低い自治体の差
●男性：6.96歳 ●女性：4.5歳
【令和4年・大阪府】



野菜摂取量（大阪府・全国）



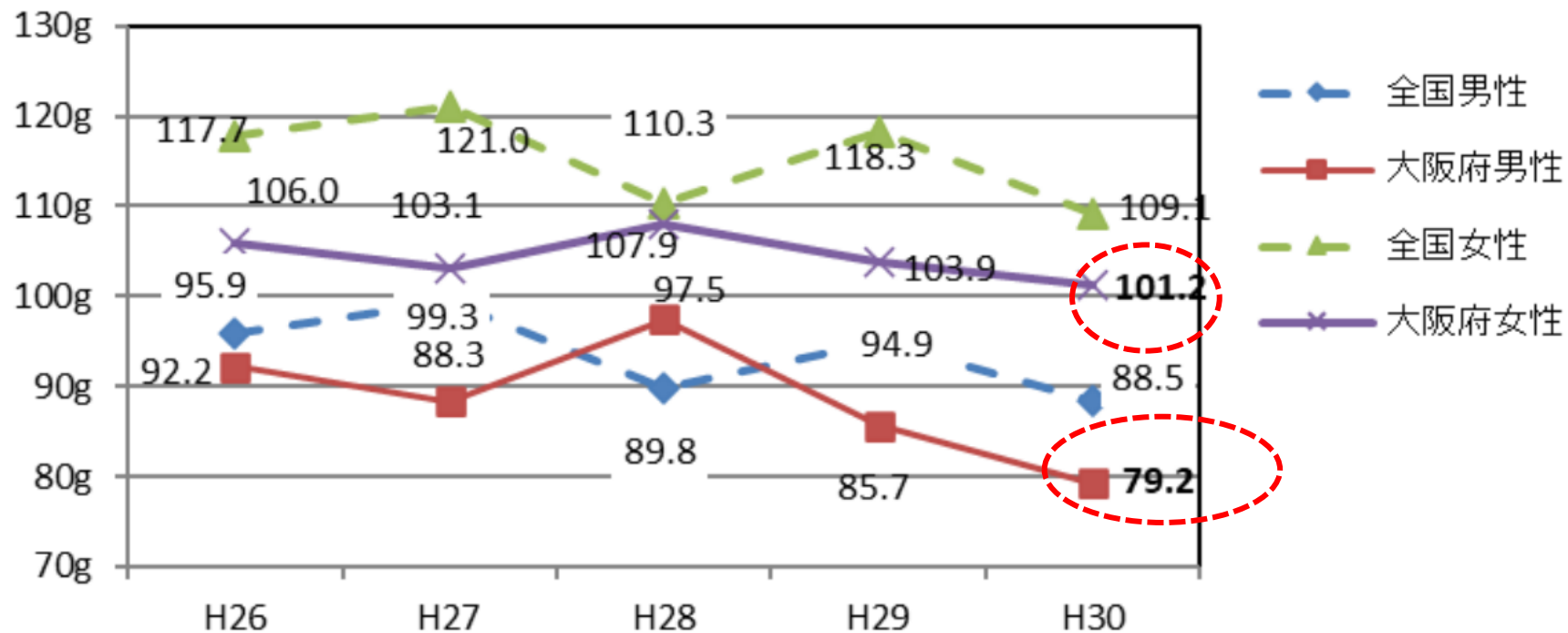
1日の目標値**350g**に対して
100g近くの不足

出典：国民健康・栄養調査（厚生労働省）
大阪府は平成 29 年-令和元年の 3 年平均

大阪府民の食に関するデータ

果物摂取量（大阪府・全国）

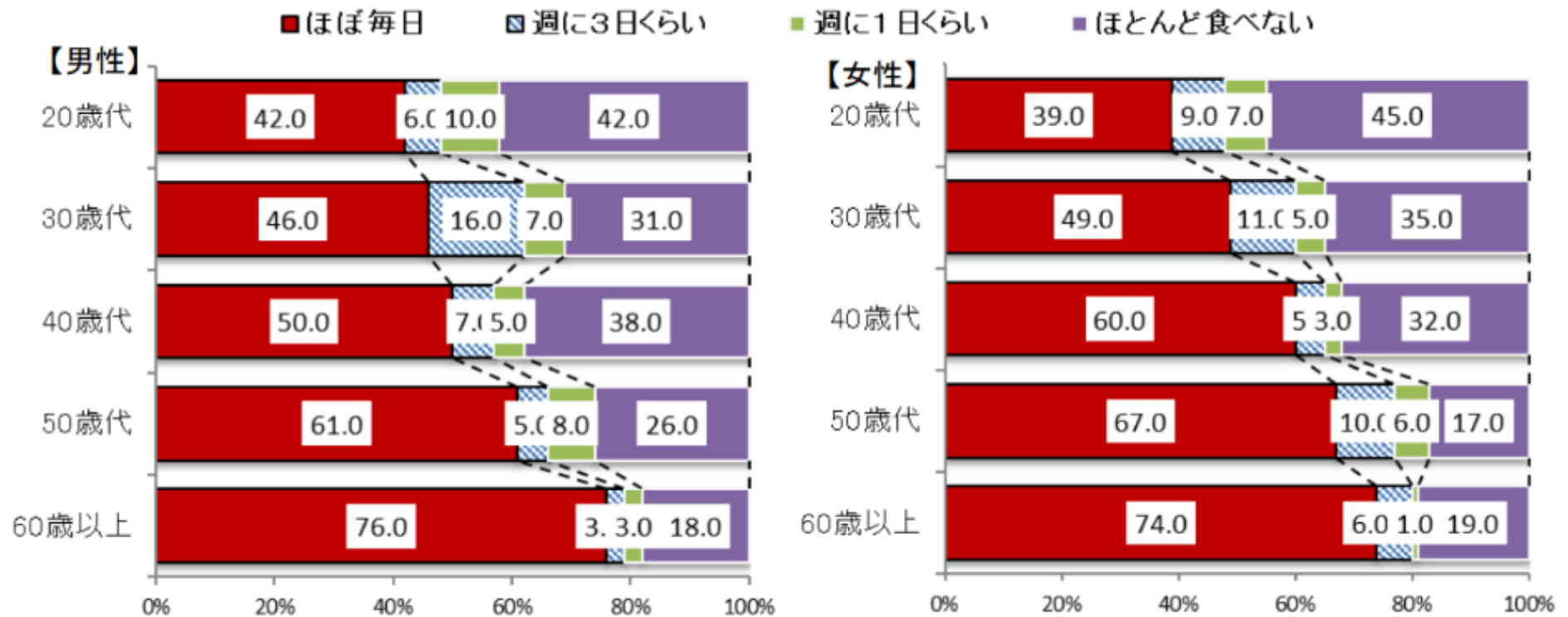
1日の目標値200gに対し
男性：約120g
女性：約100gの不足



出典：国民健康・栄養調査（厚生労働省）大阪府は3年平均

朝食摂取状況（令和4年度 大阪府）

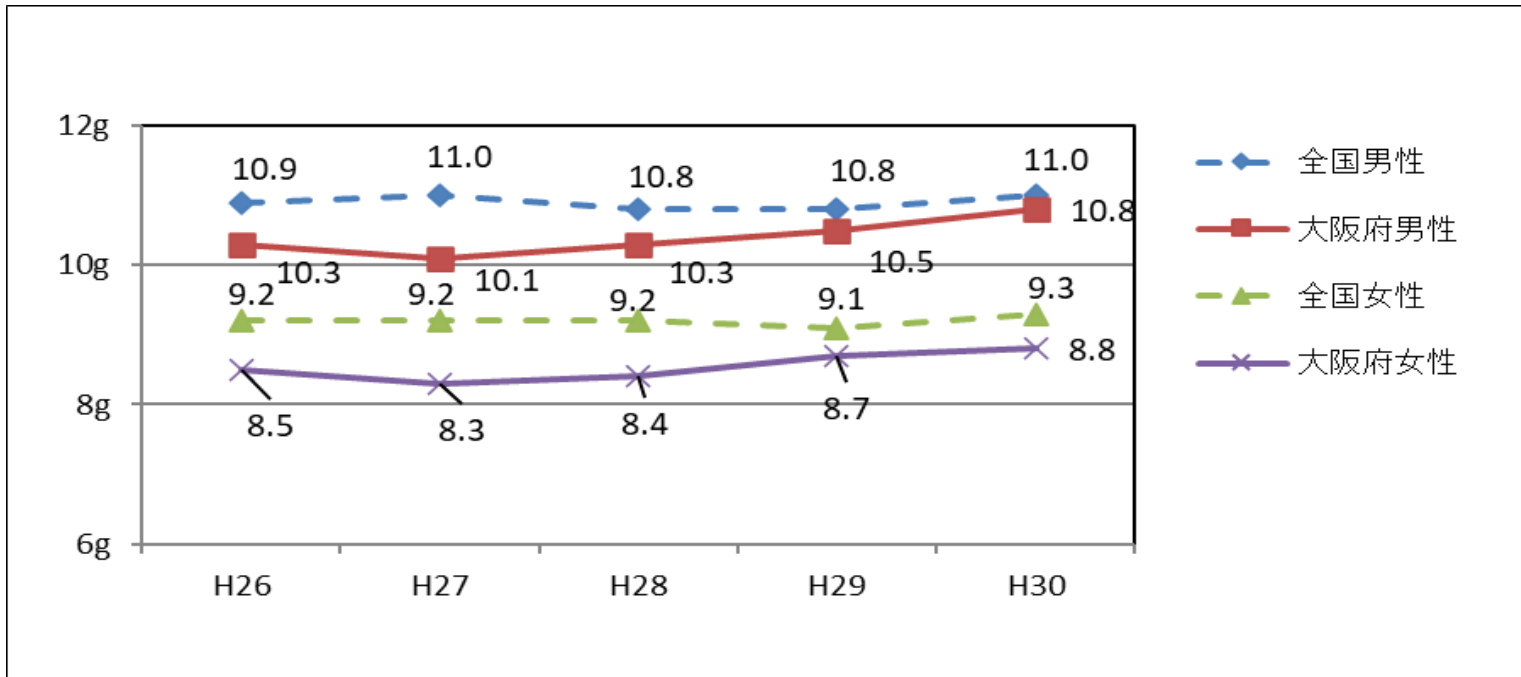
小・中学生の朝食を食べている人の割合は、
中学生の方が低く、小・中学生とも全国よりも低い傾向



出典：大阪府政策マーケティング・リサーチ（おおさかQネット）

食塩摂取状況

男女とも全国より少ないものの、
目標値より多い状況



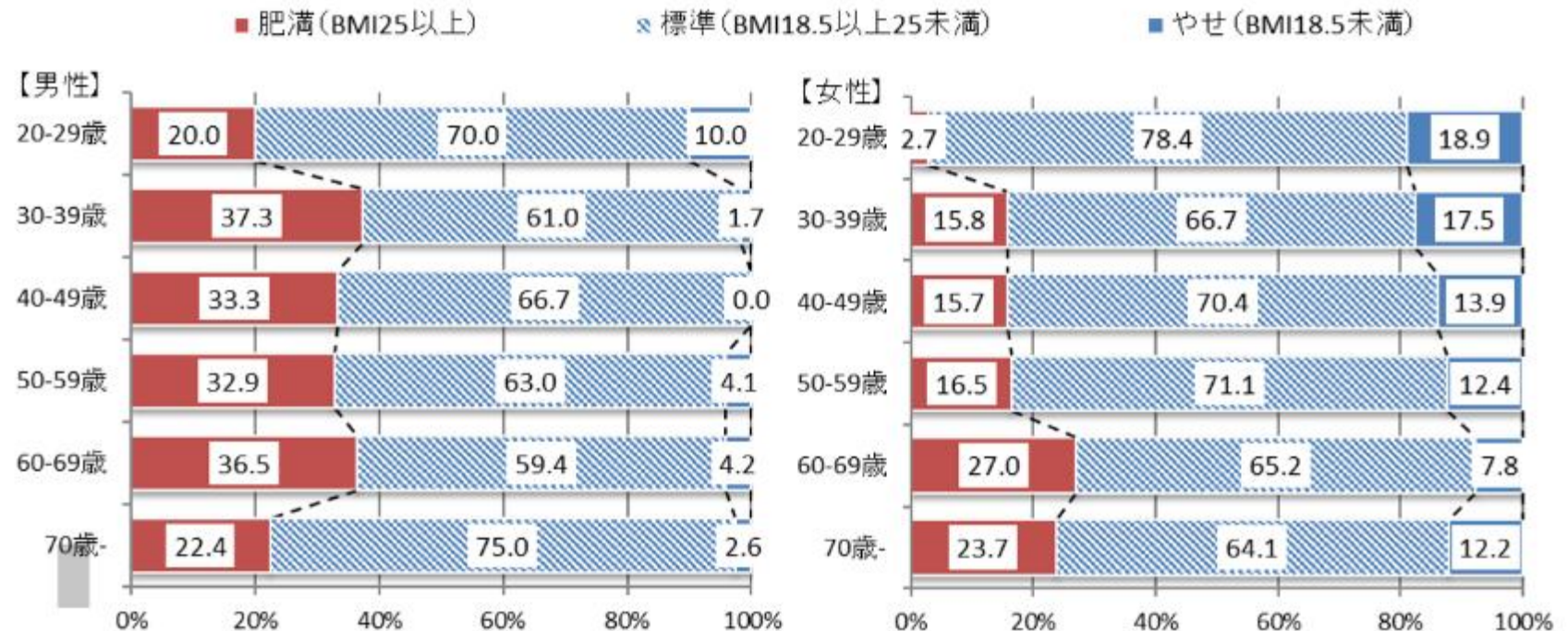
出典：国民健康・栄養調査（厚生労働省）大阪府は3年平均

※参考：「日本人の食事摂取基準（2020年版）」（厚生労働省）では、食塩摂取量（食塩相当量）の目標は男性7.5g未満、女性6.5g未満としています。

肥満・やせの状況

20歳以上の肥満の人の割合は、男性では30歳代から60歳代で約3割、女性では、60歳代で27%と最も高い。20歳以上のやせの人の割合は、すべての世代で女性が高く、特に20～30歳代で高い状況

体格の状況（平成 30 年 大阪府）



出典：国民健康・栄養調査（厚生労働省）平成 29 年-令和元年の 3 年平均

8月は食育推進強化月間

野菜バリバリ朝食モリモリ！みんなでつなく大阪の食

1日に
野菜350g以上



▶健康的なV.O.S.メニューの推進（平成26年度から）

府民の健康寿命延伸をめざし、健康的な食環境整備を推進するため、府内の飲食店や給食施設等でV.O.S.メニューの普及を図る。



V egetable	野菜120g以上	野菜たっぷり！
O il	脂肪エネルギー比率30%以下	適油！
S alt	食塩量3.0g以下	適塩！

承認状況（いずれも令和7年3月末）

V.O.S.メニュー 1,067メニュー
プレV.O.S. 1,797メニュー



プレV.O.S.ロゴマーク

味だけじゃない、からだにもおいしいV.O.S.



「人生100年時代」

活力ある持続可能な社会の実現に向けて、

健康寿命の更なる延伸が課題ですが、

そこには、

「食塩の過剰摂取」、「若年女性のやせ」、「経済格差に伴う栄養格差」をはじめ、様々な栄養課題が立ちはだかっています。

食塩の過剰摂取 ～日本人の食塩摂取状況～

- 2019年の国民健康・栄養調査結果によると、我が国の食塩摂取量の平均値は10.1gであり、個人別の摂取量を把握できるようになった1995年からみると長期的には減少傾向(左図)。
- 各国の食塩摂取量と比較すると、我が国は他国よりも多い傾向にあり、世界保健機関(WHO)が推奨している量(1日5g未満)の約2倍摂取している状況(右図)。

図 我が国の食塩摂取量の平均値の年次推移 (20歳以上、男女計)

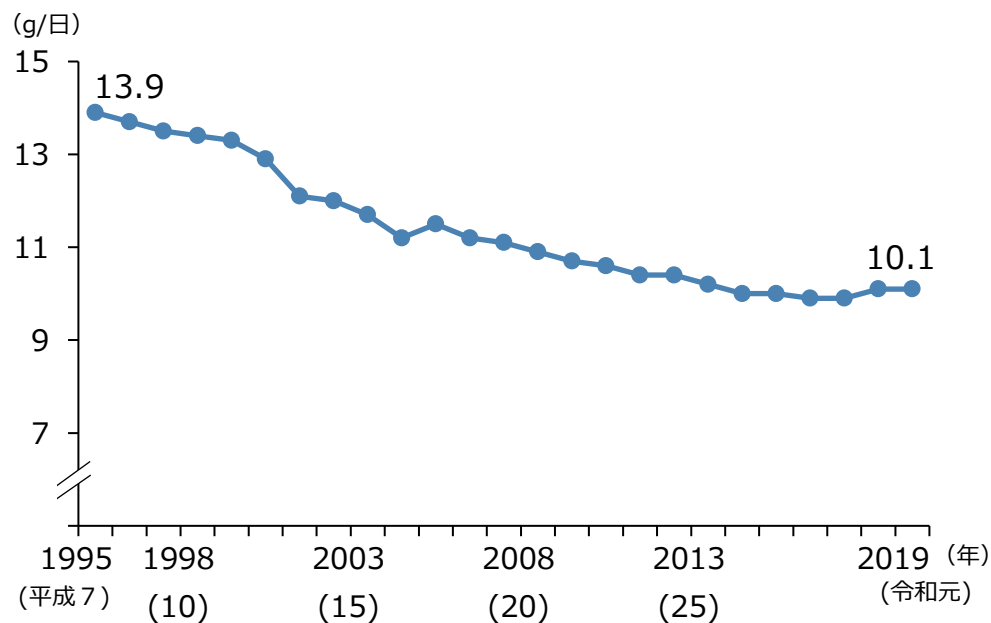
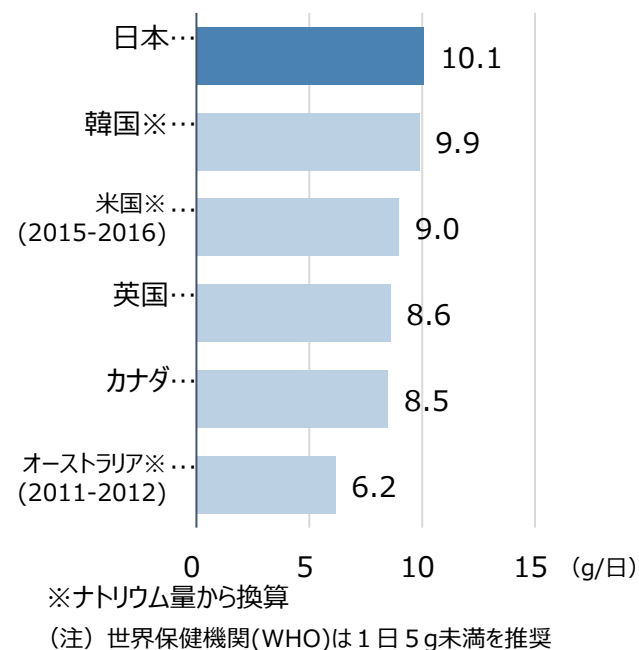


図 各国の食塩摂取量



(出典) 令和元年国民健康・栄養調査.(日本, 20歳以上). Korean National Health and Nutrition Examination Survey, 2015(韓国, 1歳以上). National Health and Nutrition Examination Survey, 2015-2016.(米国, 20歳以上). United Kingdom Dietary Sodium 24Hour Urine Sample Survey, 2008.(英国, 19~64歳). Canadian Community Health Survey 2.2, Nutrition, 2004.(カナダ, 1歳以上). Australian Health Survey, 2011-2012.(オーストラリア, 19歳以上)

食塩の過剰摂取 ～日本人の食塩摂取源～

- 自宅で調理した料理(自宅調理)、加工食品、外食のそれぞれからのナトリウム摂取割合等を検討した研究によると、自宅調理からの摂取が最も多かった(男性 52.3%、女性 57.1%)(左図)。
- 総ナトリウム摂取量に対し寄与率の高い食品群をみると、男女とも調味料類が最も高く(男性 61.7%、女性 62.9%)、次いで魚介類であった(男性 6.7%、女性 6.6%)(右図)。
- 一方、欧米ではパン・穀類・シリアルといった加工食品由来のナトリウム摂取割合が高く、我が国の食塩摂取源は諸外国とは異なる傾向。

図 自宅調理、加工食品、外食からのナトリウム摂取割合

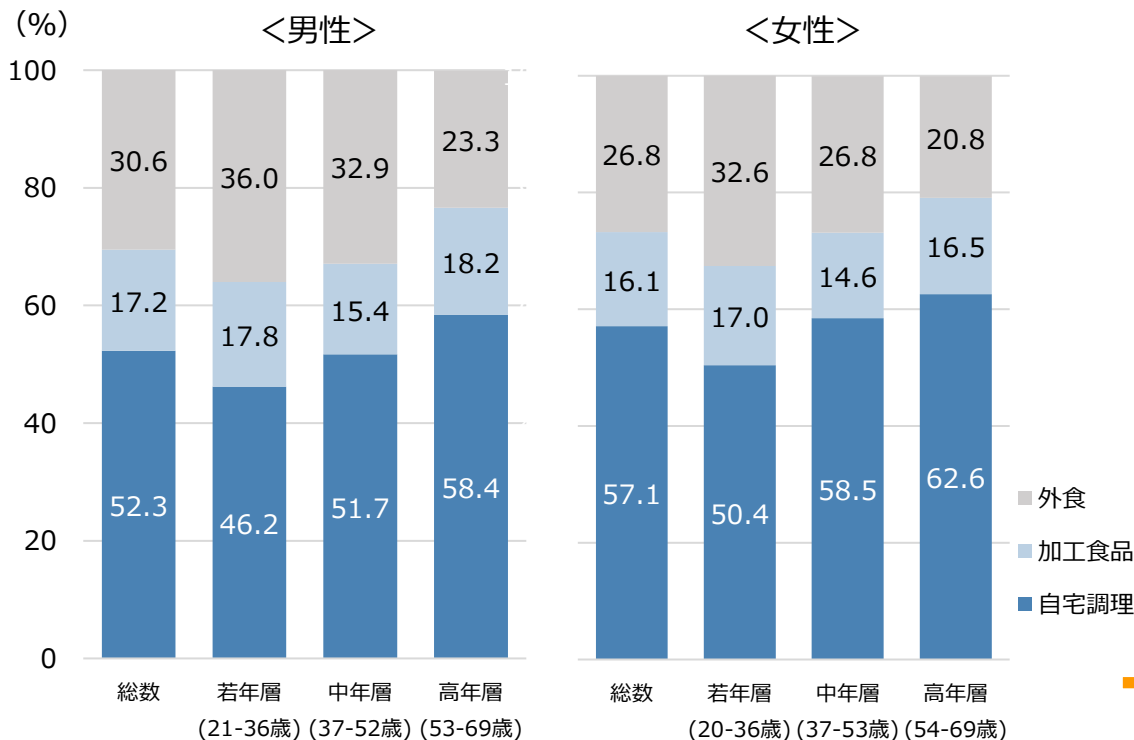
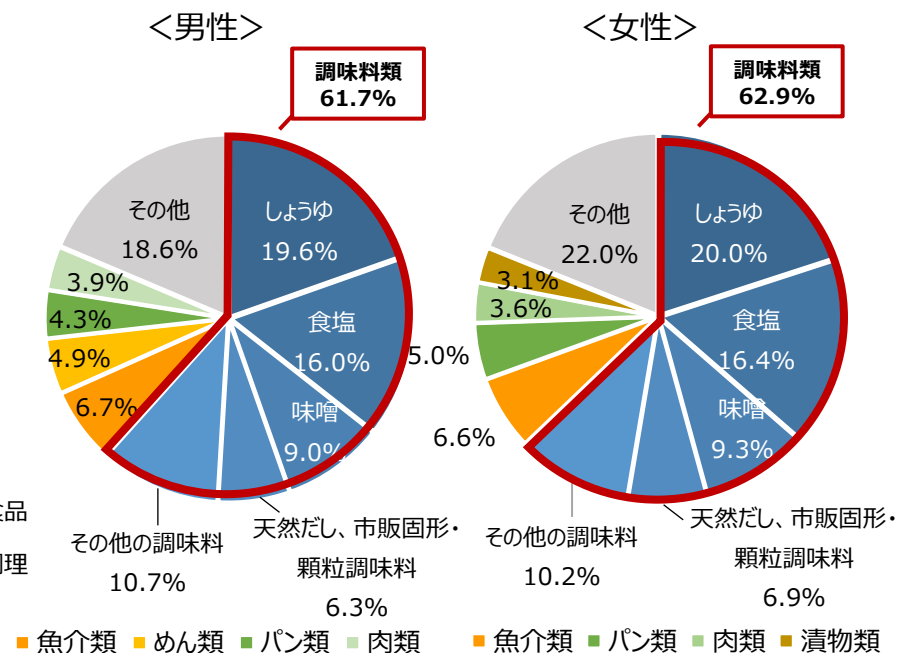


図 各食品群からのナトリウム摂取割合 (上位 5 食品群抜粋)



食塩の過剰摂取 ～食塩摂取と健康関心度～

- 2019年の国民健康・栄養調査では、健康関心度を把握するための指標として、食習慣改善の意思を把握した。食習慣を「改善することに関心がない」又は「関心はあるが改善するつもりはない」と回答した者の合計の割合は、男性 41.1%、女性 35.7%であった(左図)。
- 食塩摂取量を「健康日本 2 1 (第二次)」の目標である 8 gを基準に群分けしてみると、1 日の食塩摂取量が 8 g 以上の群において、食習慣改善の意思がない者の割合は男女とも約 6 割を占めていた(右図)。
- 今後、減塩の取組を効果的に進めていくためには、健康関心度も考慮(配慮)した取組が必要。

図 食習慣改善の意思 (20 歳以上、性・年齢階級別)

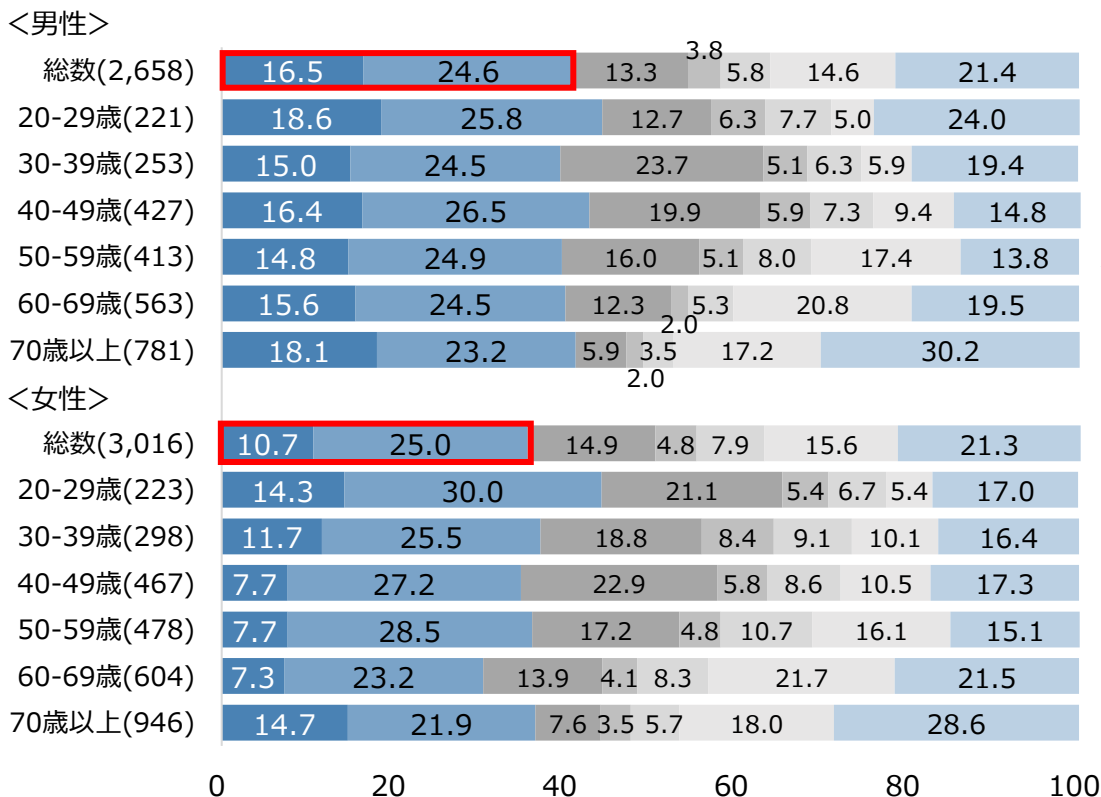


図 食習慣改善の意思 (20 歳以上、性別)



- 改善することに関心がない
- 関心はあるが改善するつもりはない
- 改善するつもりである (概ね 6ヶ月以内)
- 近いうちに (概ね 1ヶ月以内) 改善するつもりである
- 既に改善に取り組んでいる (6ヶ月未満)
- 既に改善に取り組んでいる (6ヶ月以上)
- 食習慣に問題はないため改善する必要はない

(参考)
「健康日本 2 1 (第二次)」の目標
食塩摂取量の減少
目標：1 日当たりの食塩摂取量の
平均値 8g

若年女性のやせ

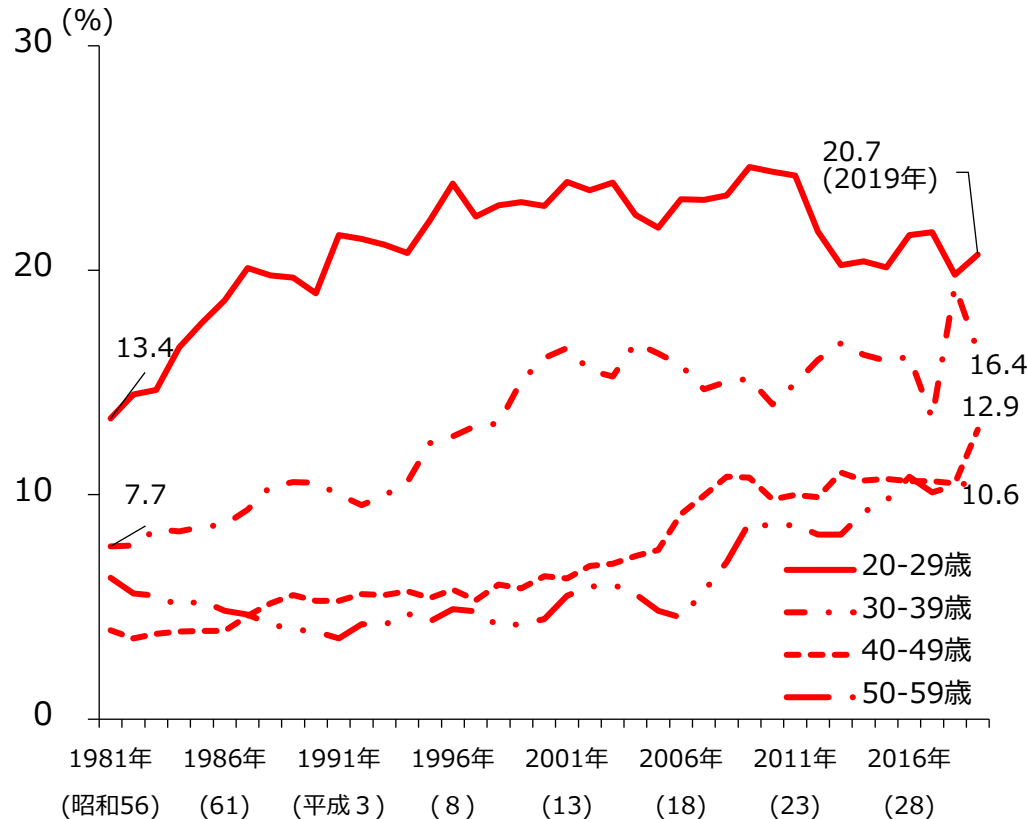
○若年女性のやせは、骨量減少、低出生体重児出産のリスク等との関連があることが示されている※。

※ 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第2次)の推進に関する参考資料」

○我が国の20歳台及び30歳台女性のやせの者の割合は、中長期的には増加傾向(左図)。

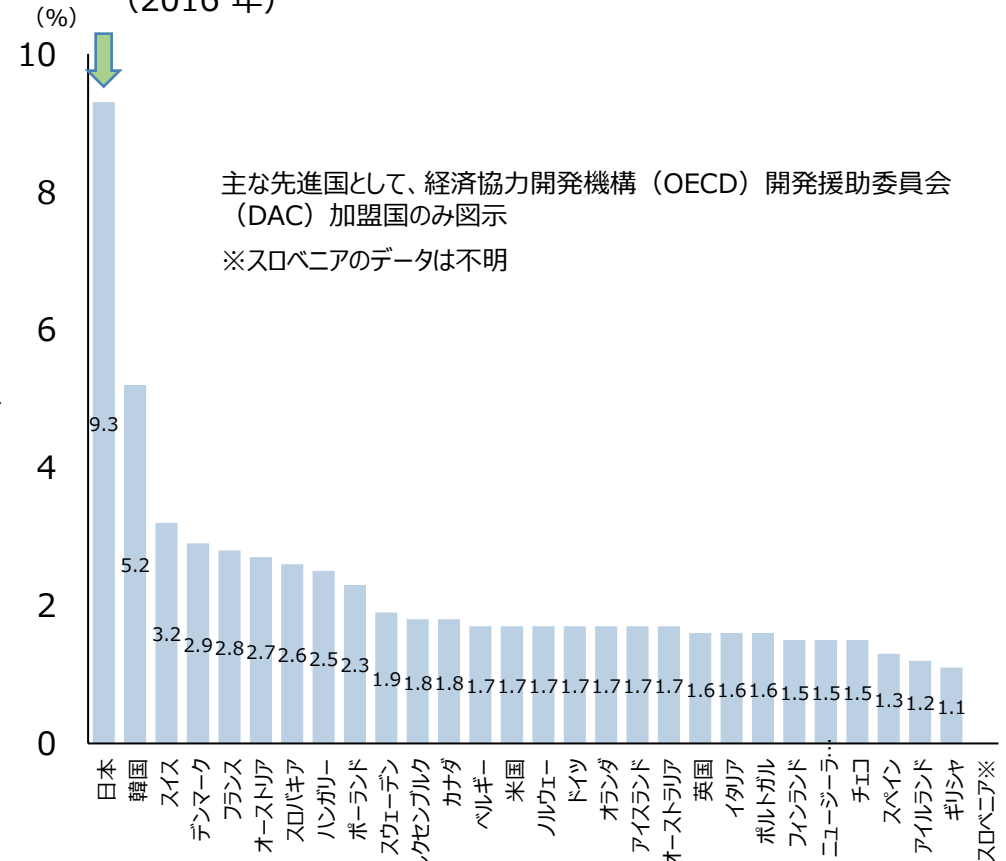
○主な先進国の中でも、成人女性のやせの者の割合は最も高い(右図)。

図 やせの者(BMI18.5 kg/m²未満)の割合の年次推移
(20~59歳女性)



(出典) 厚生労働省「国民健康・栄養調査(国民栄養調査)」

図 成人女性のやせの者(BMI18.5 kg/m²未満)の割合の国際比較
(2016年)



主な先進国として、経済協力開発機構(OECD)開発援助委員会(DAC)加盟国のみ図示

※スロベニアのデータは不明

(出典) 吉池信男ほか. 肥満研究. 2018;24(1):16-21.を基に厚生労働省健康・生活衛生局健康課栄養指導室で作図

経済格差に伴う栄養格差 ～所得と食生活～

○2018(平成30)年の国民健康・栄養調査結果によると、食品を選択する際に「栄養価」を重視すると回答した者の割合は、世帯の所得が 600 万円以上の世帯員に比較して、男女ともに 200万円未満の世帯員で有意に低かった。

図 所得と食品を選択する際に重視する点に関する状況（20 歳以上、男女別）

			①200万円未満	②200万円以上 400万円未満	③400万円以上 600万円未満	④600万円以上	① VS ④	② VS ④	③ VS ④
解析対象者	(人)	男性 女性	338 529	810 909	614 644	927 1,001			
おいしさ	(%)	男性 女性	65.5 66.6	73.3 76.8	76.9 81.6	78.5 85.3	★ ★	★ ★	★
好み	(%)	男性 女性	63.4 66.3	69.5 65.2	71.8 64.3	70.7 71.5	★		
栄養価	(%)	男性 女性	25.3 45.1	29.5 55.9	31.6 60.7	34.3 62.1	★ ★		
季節感・旬	(%)	男性 女性	26.2 39.8	28.0 54.0	29.9 59.2	35.7 60.0	★ ★	★	
安全性	(%)	男性 女性	40.1 61.3	40.8 64.3	46.2 72.6	45.3 67.3	★	★	
価格	(%)	男性 女性	49.4 68.1	54.0 71.1	50.9 76.2	50.6 72.0			★

注 1) 生活習慣調査票の問 1 と問 2 に回答した者、かつ、世帯主又は世帯の代表者が問12と問13に回答した世帯の世帯員を集計対象とした。

なお、同一世帯で複数の世帯員が問12又は問13に回答した世帯、及び問13で「わからない」と回答した世帯は集計から除外した。

注 2) 推定値は、年齢階級(20-39歳、40-59歳、60-69歳、70歳以上の4区分)と世帯員数(1人、2人、3人、4人、5人以上世帯の5区分)での調整値。割合に関する項目は直接法、平均値に関する項目は共分散分析を用いて算出。

注 3) 世帯の所得額を当該世帯員に当てはめて多変量解析(割合に関する項目はロジスティック回帰分析、平均値に関する項目は共分散分析)を用いて600万円以上を基準とした他の3群との群間比較を実施。

注 4) ★は世帯の所得が600万円以上の世帯員と比較して群間の有意差があった項目。

「食塩の過剰摂取」、「若年女性のやせ」、「経済格差に伴う栄養格差」といった栄養課題の解決には、内食・中食を中心に、健康への関心が薄い層へのアプローチも含めた新たな食環境づくりが必要

→しかし、個々の業種、企業、団体だけの取り組みでは、限界がある

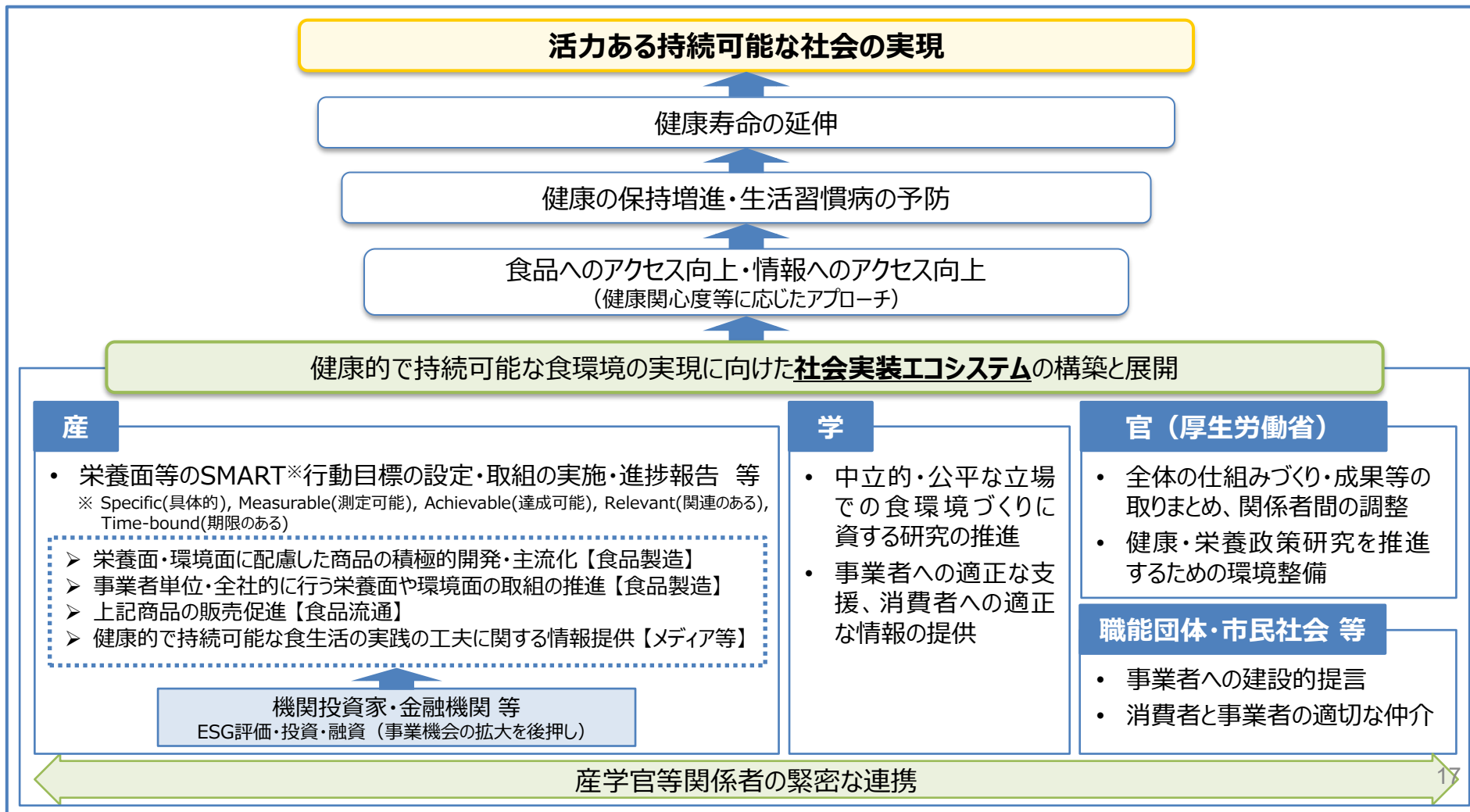
→栄養課題や環境課題を重大な社会課題として捉え、産学官等の力を結集し、産学官等の連携・協働により、誰もが自然に健康になれる食環境づくりを展開。大きなムーブメントを生み出していく

→厚生労働省は、関係省庁の協力を得て、産学官等連携による食環境づくりの推進体制として「イニシアチブ」を立ち上げ

健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ

～誰一人取り残さない食環境づくりの日本モデルを、世界に向けて発信・提案～

- 厚生労働省は、有識者検討会※¹報告書（2021年6月公表）及び東京栄養サミット2021（2021年12月開催）を踏まえ、産学官等連携※²による食環境づくりの推進体制として、「健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ」を2022年3月に立ち上げ。
※¹ 自然に健康になれる持続可能な食環境づくりの推進に向けた検討会 ※² 「産」は、食品製造事業者、食品流通事業者、メディア等、多様な業種を含む。
- 本イニシアチブは、「**食塩の過剰摂取**」、「**若年女性のやせ**」、「**経済格差に伴う栄養格差**」等の栄養課題や環境課題を重大な社会課題として捉え、産学官等の連携・協働により、誰もが自然に健康になれる食環境づくりを展開。**日本はもとより、世界の人々の健康寿命の延伸、活力ある持続可能な社会の実現を目指す。**

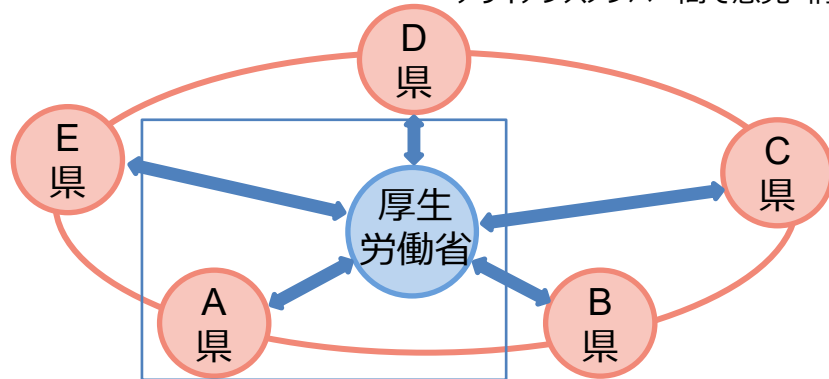


都道府県等と国の連携のイメージ

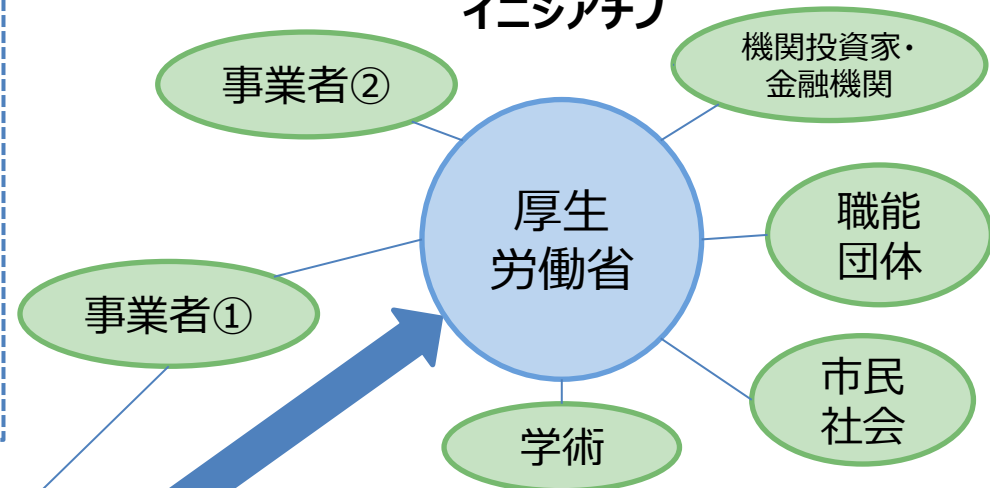
- 都道府県と国が連携することにより、健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブの人的・物的等リソースを活用し、
- 健康的で持続可能な食環境づくりを効果的・効率的に推進することができる。

都道府県等と国の連携(アライアンス)

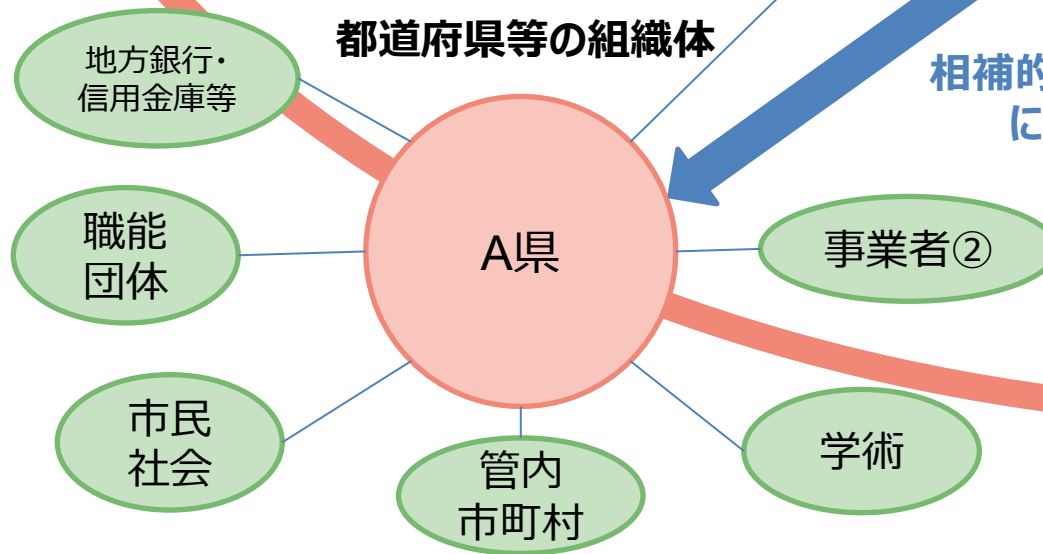
アライアンスメンバー間で意見・情報交換



イニシアチブ



都道府県等の組織体



相補的・相乗的に連携

大阪府の取組み「自然に健康になれる持続可能な食環境づくり」

国の動き

厚生労働省「健康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」（2022年3月）

「食塩の過剰摂取」、「若年女性のやせ」、「経済格差に伴う栄養格差」等の栄養課題や環境課題を重大な社会課題として捉え、産学官等の連携・協働により、誰もが自然に健康になれる食環境づくりを展開。日本はもとより、世界の人々の健康寿命の延伸、活力ある持続可能な社会の実現をめざす

健康日本21（第三次）

自然に健康になれる環境づくり

◇指標「健康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**（R14年度目標値：47都道府県）

※「都道府県の登録」とは、各都道府県が産学官等の連携による食環境づくり体制を構築した上で、イニシアチブとの連携を申請し、登録すること。

都道府県単位で設置した組織体（産学官等で構成）とイニシアチブが連携することで、都道府県等は、イニシアチブの人的・物的等リソースを活用し、健康的で持続可能な食環境づくりを効果的・効率的に推進することができる。

府の動き

第4次大阪府食育推進計画（2024年3月）

自然に健康になれる持続可能な食環境づくり

・**ナッジ**（そっと後押しする：人々がより良い選択を自発的に取れるよう手助けする手法）を活用し、産学官等の連携・協働による自然に健康になれる食環境づくりに取り組む

【令和6年度の取組み】～給食施設（大学・事業所）～

○食生活に課題のある若い世代や働く世代をターゲットとし、6施設の食堂でナッジを活用した「野菜を無理なく摂取できる効果的な手法」を検討 ⇒ ナッジ素材（POP、シール、ポスター、動画）を作成し、食堂に掲出

○給食施設の特性に応じた大阪モデルを構築し、「大阪モデルスタートガイド」を作成



【令和7年度の取組み】～流通企業（スーパー・コンビニ等）～

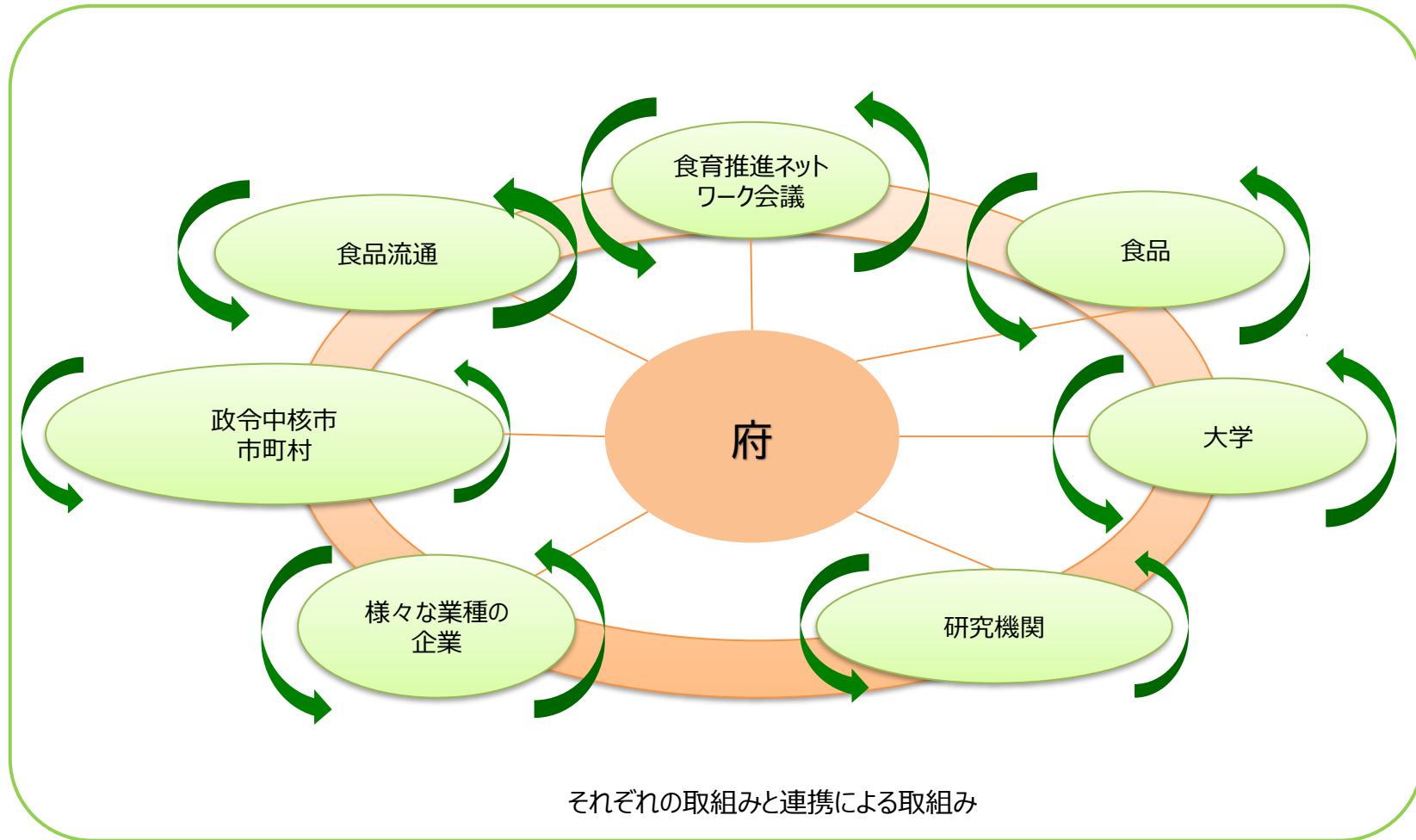
○ナッジを活用した「環境整備」：野菜購買量をアップさせる仕掛けを検討

○効果的な「情報発信」：野菜・果物の摂取につながる情報発信

○食に関する「知識の普及」：スーパー等のイベントスペースで栄養相談を実施 など



大阪府 栄養・食の課題解決に向けて



○食育ネットワーク会議・企業・地域・府でさらなる連携した取組み

- ・一体的な普及啓発
- ・健康に関心の薄い層へのアプローチ
- ・行動変容を促す取組み

など

大阪府 栄養・食の課題解決に向けて（令和8年度案）

食育推進ネットワーク会議・企業・地域・府のさらなる連携した取り組みとして

	4月～年度前半	8月 (大阪府食育推進強化月間)	年度後半
	自然に健康になれる食環境づくりに向け 検討する場（1回目） 	一体的な取り組み	自然に健康になれる食環境づくりに向け 検討する場（2回目） 
内容	・国の動きや府のめざす姿の共有 ・8月の食育推進強化月間に向けた取り組みの検討	・一体的な普及啓発 ・食育イベントの実施 ・ヘルシーメニューの提供 など	・栄養に関する最新情報の共有 ・実施した取り組みの共有 ・今後に向けた意見交換



食を切り口とした健康づくりに
引き続きお力添えお願いいたします。