

# 健康日本21（第三次）最近の動向

参考資料

## 令和11年までの国民健康・栄養調査の重点テーマ

調査年	重点テーマ	ポイント※
令和6(2024) 【拡大調査】		・健康日本21(第三次)の開始に合わせた生活習慣等の地域格差の分析
令和7(2025)	休養・睡眠 ICTの利活用	・休養・睡眠領域の目標に関する実態把握(D) ・健康づくりにおけるICTの利活用に関する実態把握
令和8(2026)	飲酒 栄養・食生活	・飲酒領域の目標に関する実態把握(D) ・栄養・食生活領域の目標に関する実態把握(C)
令和9(2027)	身体活動・運動	・身体活動・運動領域に関する実態把握(C)
令和10(2028) 【拡大調査】		・健康日本21(第三次)の中間評価に合わせた生活習慣等の地域格差の分析
令和11(2029) <中間評価>	循環器病・糖尿病 社会とのつながり	・循環器病・糖尿病領域に関する実態把握(C) ・社会とのつながりの目標に関する実態把握(C)

- ・睡眠の質と睡眠の障壁の要因を把握して分析
- ・アプリやウェアラブル端末などの利用状況を問う項目を新設

※「健康日本21(第二次)」最終評価において、「D 悪化している」となった項目は「(D)」、「C 変わらない」となった項目は「(C)」を記載

## スマート・ライフ・プロジェクト

スマート・ライフ・プロジェクトとは、「健康寿命をのばそう！」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日を送れることを目指す、厚生労働省による国民運動です。

プロジェクトに賛同する企業、団体、自治体と連携し、協力して啓発活動やイベントを展開したり、ウェブサイトなどで健康に関する役立つ情報やコンテンツを発信し、国民の健康づくりをサポートしていきます。

The image shows the homepage of the SMART LIFE PROJECT. It features the logo of the Ministry of Health, Labour and Welfare (厚生労働省) at the top left. To the right, there are several colorful promotional banners: one for 'Smart Life Project' with the tagline 'SMART LIFE PROJECT 参画特典多数 詳細はこちら' (Many special benefits for participation); another for 'Health Events & Contents' with the tagline '健康増進普及月間'; a third for 'Nutrition and Diet Content' with the tagline '食事をおいしく、バランスよく'; and others for 'Smart Life Project', 'Health Promotional Materials', 'Smart Life Project Summary', and 'Everyone's Health Building Block'.

(厚生労働省 「スマート・ライフ・プロジェクト」ホームページ)