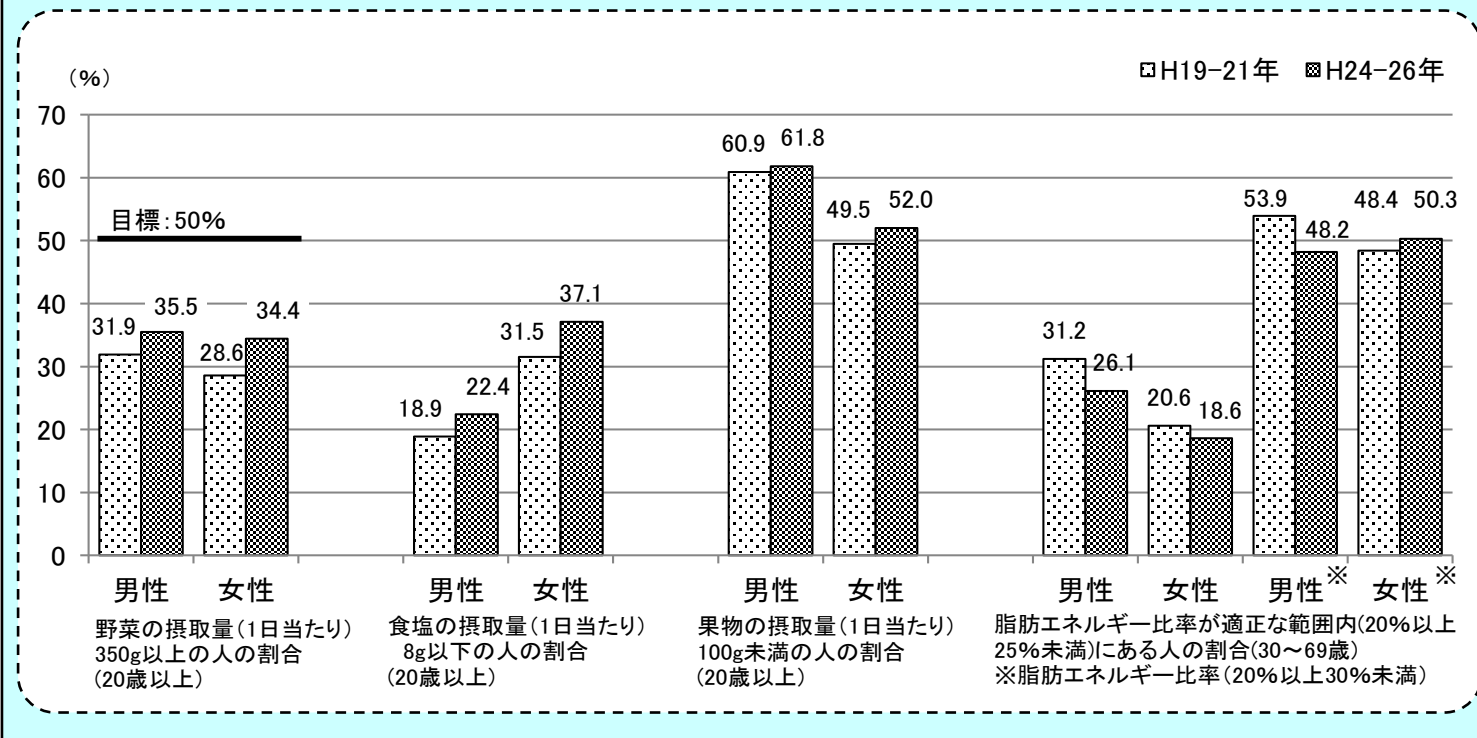


領域と分野	分野別目標
2-1 栄養・食生活	適切な量と質の食事をするを増やす

指標の推移

指標 (国民健康・栄養調査(栄養摂取状況調査/東京都分))		ベースライン (平成19年~21年)	中間評価 (平成24~26年)	指標の 方向	評価
① 野菜の摂取量(1日当たり)350g以上の人の割合 (20歳以上)	男性	31.9%	35.5%	増やす (50%)	a
	女性	28.6%	34.4%		
② 食塩の摂取量(1日当たり)8g以下の人の割合 (20歳以上)	男性	18.9%	22.4%	増やす	a
	女性	31.5%	37.1%		
③ 果物の摂取量(1日当たり)100g未満の人の割合 (20歳以上)	男性	60.9%	61.8%	減らす	b
	女性	49.5%	52.0%		
④ 脂肪エネルギー比率が適正な範囲内 (20%以上25%未満)にある人の割合(30~69歳)	男性	31.2%	26.1%	増やす	c
	女性	20.6%	18.6%		



これまでの取組

<都の取組>

- ◇食環境の整備
  - ・野菜メニュー店(多摩地域)の整備
- ◇都民向け普及啓発
  - ・都内コンビニエンスストアにおける野菜摂取を呼びかけるPOP掲出/POSレジ広告の実施(日本フランチャイズチェーン協会との連携)
  - ・野菜摂取啓発チラシの作成・配布(東京都弁当協同組合、日本チェーンストア協会との連携)
  - ・都内青果店でのミニのぼりの設置(中央卸売市場との連携)
  - ・食育フェア(産業労働局)・市場まつり(中央卸売市場)でのパンフレットやガイドブックの配布
  - ・野菜たっぷり簡単レシピの作成・配布/ホームページへの掲載(調理師関係団体との連携)



<区市町村に対する支援>

- ◇医療保健政策区市町村包括補助事業
  - ・地域のつながりを通じた生活習慣改善推進事業
  - ・健康づくりに対して関心が低い層に向けた健康づくり支援事業
  - ・「ちょっと実行、ずっと健康。」ウォーキングマップ作成・活用事業
  - ・糖尿病・メタボリックシンドローム予防対策事業
  - ・体験型手法を用いた普及啓発事業
  - ・「東京都幼児向け食事バランスガイド」を活用した事業
  - ・地域に根ざした食環境整備事業
  - ・健康づくりイベント事業
  - ・健康づくり推進員等活動支援事業

◆ 現状と課題/今後の方向性

<現状>

- 健康的な食生活を実践できる環境の整備に向けた取組を実施
  - ・野菜メニュー店は、増加中(H27.3 181店舗、H27.7 206店舗、H28.7 320店舗、H29.4 365店舗)
- 関係団体と連携し、様々な広報媒体を活用して、野菜摂取量増加に向けた広報・普及啓発を実施
  - 野菜の摂取量(1日当たり)350g以上の人の割合(20歳以上)は男女とも増加しているが、このままでは目標である50% 達成は難しい。食塩の摂取量(1日当たり)8g以下の人の割合は増加しているが、達成している人の割合は男性で22.4%、女性で37.1%にとどまっている。果物の摂取量はほぼ不変、脂肪エネルギー比率は、男性は悪化傾向。
- 野菜の推奨量(350g)の認知度は62.2%、野菜の摂取状況に対する意識は「足りないと思う」が58.0%(平成29年度第3回インターネット都政モニターアンケート結果)

<課題>

- 健康的な食生活を実践する人の増加が不十分
  - ・野菜及び果物の摂取量の増加
  - ・食塩の摂取量の減少
  - ・脂肪エネルギー比率の適正な人の増加

<今後の方向性>

- 環境整備の一層の推進
  - ・健康的な食生活の実践に資する飲食店等の増加
  - ・関係機関との連携強化
- 健康的な食生活の実践に向けた普及啓発の推進
  - ・適切な食事量・バランスに関する情報提供

<関連分野>

- (領域1)主な生活習慣病の発症予防と重症化予防
- 分野1-1 がん
- 分野1-2 糖尿病・メタボリックシンドローム
- 分野1-3 循環器疾患

◆関連計画:東京都がん対策推進計画、東京都保健医療計画

指標数値に関する分析と評価

直近値に係る分析 (ベースラインからの動きについて(留意点含む))	評価 (直近の実績値に対する評価)
① 野菜の摂取量:改善の傾向であるが、目標を達成していない。 ② 食塩の摂取量:改善しているが、目標を達成したとは言えない状況 ③ 果物の摂取量:ほぼ横ばい ④ 脂肪エネルギー比率:悪化の方向であり、特に男性において減少率大きい。	①、② 野菜及び食塩の摂取量:改善傾向 ③ 果物の摂取量:不変 ④ 脂肪エネルギー比率:悪化  b

◆ 分野別目標:  
脂肪エネルギー比率の適正範囲を「20%以上25%未満」→「20%以上30%未満」へ  
※日本人の食事摂取基準(2015年版)において、上記基準が改正されたため

◆東京都健康推進プラン21(第二次)中間評価(分野別整理表)

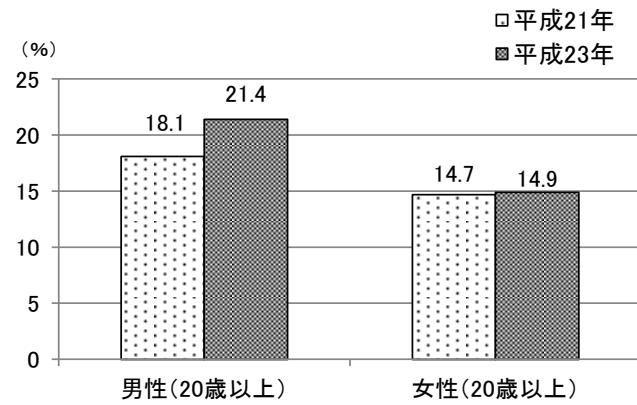
領域と分野	分野別目標
2-1 栄養・食生活	適切な量と質の食事をする人を増やす

参考指標の推移

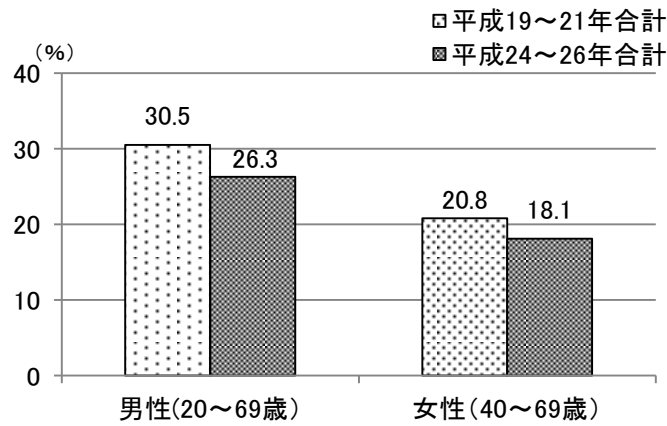
指標	策定時	最新値
1 朝食の欠食の割合 ＜国民健康・栄養調査(生活習慣調査(20歳以上))＞ (朝食を「週2～3日」「週4～5日」「ほとんど」食べない人の割合の合計 ※平成23年以降設問なし)	(平成21年)	(平成23年)
	男性 18.1%	21.4%
	女性 14.7%	14.9%
2(1) 肥満(BMI25以上)の人の割合 ＜国民健康・栄養調査(身体状況調査))＞ (男性20～69歳、女性40～69歳)	(平成19～21年合計)	(平成24～26年合計)
	男性 30.5%	26.3%
	女性 20.8%	18.1%

指標	策定時	最新値
(2) 20歳代女性のやせ(BMI18.5未満)の人の割合	(平成19～21年合計)	(平成24～26年合計)
	22.7%	27.3%
3 栄養成分表示を参考にしている人の割合 ＜インターネット都政モニターアンケート(20歳以上))＞ (栄養成分表示を「いつも参考にしている」「時々参考にしている」人の割合の合計)	(平成24年度)	(平成29年度)
	男性 38.3%	42.3%
	女性 65.7%	56.6%

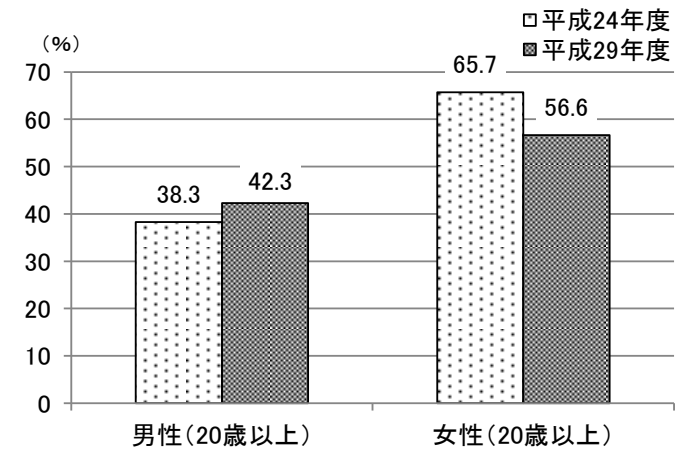
1 朝食の欠食の割合



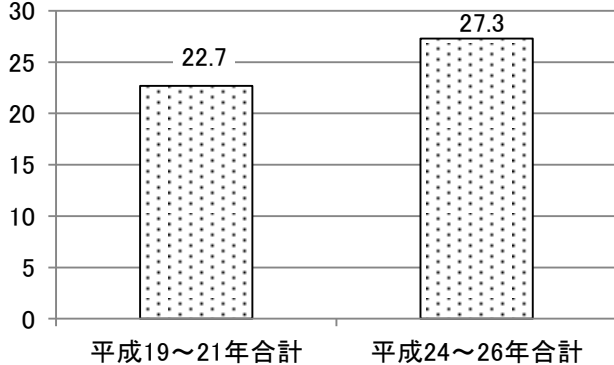
2(1) 肥満(BMI25以上)の人の割合



3 栄養成分表示を参考にしている人の割合



2(2) 20歳代女性のやせの人の割合



(参考データ)

○インターネット都政モニターアンケート(東京都生活文化局)

Q あなたは、健康維持に必要な野菜は一日どのくらい摂取したらよいと思いますか  
(目安:小鉢1皿70g)

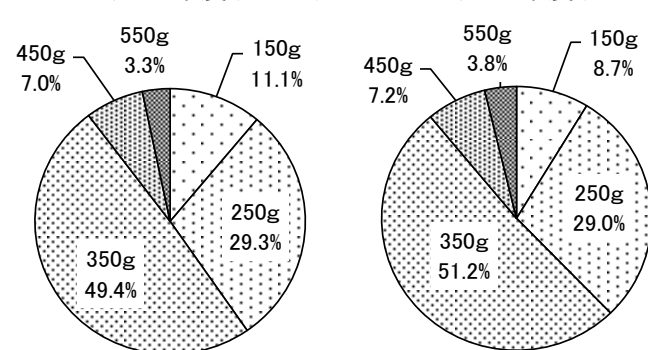
- ①150g ②250g ③350g ④450g ⑤550g

Q あなたは、健康維持に必要な一日の野菜を毎日摂取していると思いますか。

- ①足りていると思う ②足りないと思う ③わからない

＜1日に必要な野菜の摂取量の認知度＞

平成24年度(n=488) 平成29年度(n=469)



＜野菜の摂取状況に対する意識＞

平成24年度(n=488) 平成29年度(n=469)

