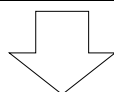


# 平成30年度食生活改善普及運動

健康日本21(第二次)の目標項目のうち、目標達成に向けて取組の強化が必要な項目

- 主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合※は現状58.1%で、特に若い世代を中心に低い状況。 ※主食・主菜・副菜を組み合わせた食が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合
- 野菜摂取量は現状277g、目標値の350gまで、あと73gの増加が必要。
- 食塩摂取量は現状9.9g、目標値の8gまで、あと約2gの減少が必要。
- 20～30歳代における牛乳・乳製品を摂取していない人の割合は現状34.9%で、3人に1人が摂取していない状況。



## 基本テーマ

- 「食事をおいしく、バランスよく」

基本テーマに加えて

- 「毎日プラス1皿の野菜」
- 「おいしく減塩1日マイナス2g」
- 「毎日のくらしにwithミルク」 に焦点を当てた取組

## 【実施方法】

<厚生労働省>

- 平成30年度食生活改善普及運動の実施について、実施要綱を定め、自治体、関係機関へ通知。
- 小売店や飲食店等で活用可能なPOP類及び活用方法のリーフレットについて、ダウンロード・印刷できるよう、「スマート・ライフ・プロジェクト」のHPに掲載。

<自治体>

- 管内の関係団体、小売店及び飲食店等に対し、上記POP類等の活用に向けた取組を呼びかけ。

## 《ダウンロード可能なPOP類と使用方法》注

(1)普及チラシ:食事をおいしく、バランスよく

- 市販の紙に出力し、売り場等に掲示して使用。

(2)マークシール:毎日プラス1皿の野菜

- 市販のシール用紙に出力し、商品に貼って使用。

(3)店頭POP:毎日プラス1皿の野菜・おいしく減塩1日マイナス2g

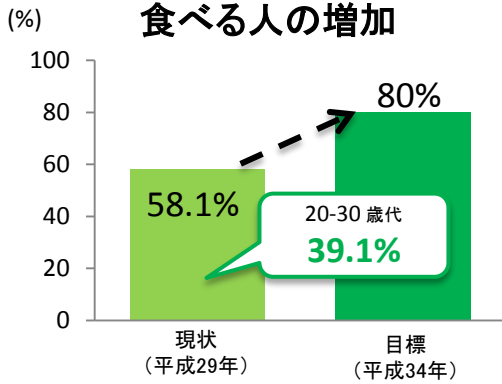
- 市販の厚紙に出力し、プライスレールに入れたり、POPクリップに挟んだりするなどして、わかりやすい場所に掲示して使用。

使用イメージ



注: 上記POP類の活用方法に関するリーフレットについてもダウンロード可能

## ●主食・主菜・副菜をそろえて 食べる人の増加

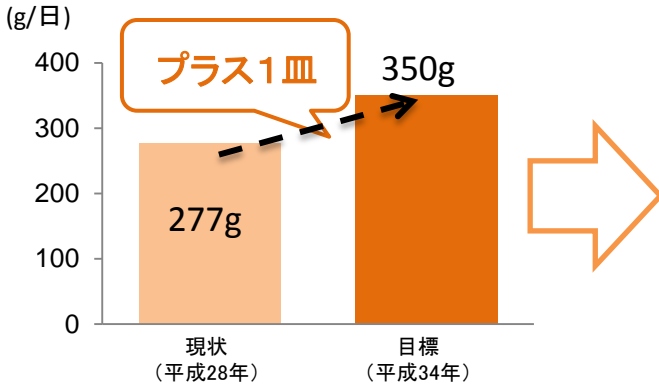


## 「食事をおいしく、バランスよく」



「健康日本21(第2次)」における主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の現状と目標

## ●野菜摂取量の増加

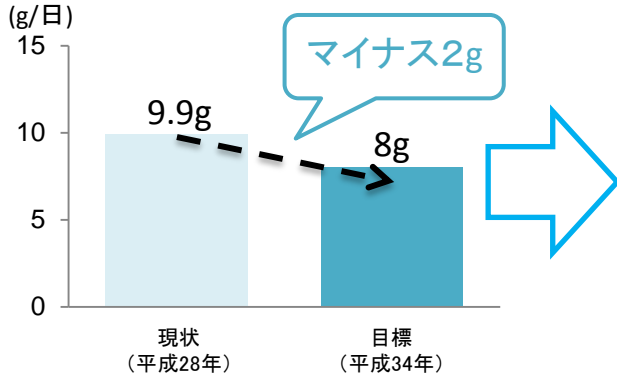


## 「毎日プラス1皿の野菜」



「健康日本21(第二次)」における野菜摂取量の現状と目標

## ●食塩摂取量の減少

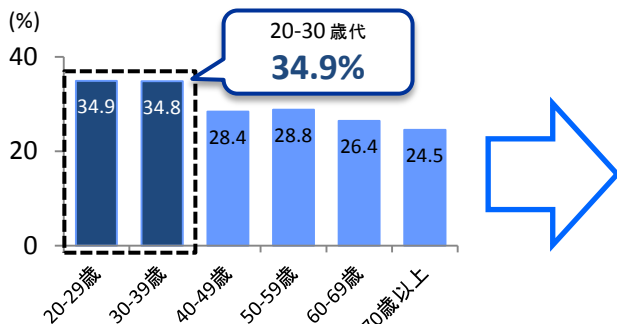


## 「おいしく減塩1日マイナス2g」



## ●牛乳・乳製品の摂取

牛乳・乳製品を摂取していない者の割合



## 「毎日のくらしにwithミルク」

