

指標・数値

指標：野菜の1日当たりの平均摂取量（20歳以上）（増やす）
食塩の1日当たりの平均摂取量（20歳以上）（減らす）

◆ 野菜の摂取量(1日当たり)350 g 以上の人の割合(※)
の推移(東京都) ※プラン(第二次)指標

50 (%)

45

40

35

30

25

20

— 男性 — 女性

期間	男性 (%)	女性 (%)
H19～H21	31.9	28.6
H24～H26	35.5	34.4
H28～H30	28.8	30.7
H29～R1	30.3	31.4

資料：「国民健康・栄養調査」（厚生労働省）から東京都分を再集計）

◆ 食塩の摂取量(1日当たり)8 g 以下の人の割合(※)
の推移(東京都) ※プラン(第二次)指標

50 (%)

45

40

35

30

25

20

15

— 男性 — 女性

期間	男性 (%)	女性 (%)
H19～H21	18.9	31.5
H24～H26	22.4	37.1
H28～H30	22.3	41.5
H29～R1	22.2	39.6

現状・課題

- 「野菜の摂取量(1日当たり)が350 g 以上の人の割合」は、男女ともに30%前後に留まっている。また、1日当たりの野菜の平均摂取量(H29～R元年)は、男女とも290 g 程度で、国が示す目標量(350 g / 日以上)に未達。
- 「食塩の摂取量(1日当たり)が8 g 以下の人の割合」は改善傾向であるが、1日当たりの食塩の平均摂取量(H29～R元年)は、男性11 g 程度、女性 9 g 程度で、国が示す目標量(7 g / 日未満)を超過。
- 都民の食生活改善に向け、普及啓発の実施に加え、食生活の改善に気軽に取り組めるような環境整備を行うなど、関連機関と連携した取組を一層促進する必要がある。

これまでの取組と実績

- 関係団体等と連携し、野菜・栄養バランス・減塩等に関する普及啓発をコンビニやスーパーマーケットにて実施
- 区市町村や関係団体等と連携し、野菜摂取量を増やすことを目的とした普及啓発、環境整備を実施
- WEBサイト「とうきょう健康ステーション」で野菜や食塩の目標摂取量等を啓発
- 「飲食店等からの食環境づくり」では、「野菜メニュー店」を「からだ気くばりメニュー店」にリニューアルし、野菜のみでなく、栄養バランスと減塩に係る取組を加えた事業を令和 6 年度より実施

	H25～H30年度 (第二次：～中間評価)	R1～R5年度 (第二次：～最終評価)	R6年度 (第三次～)
取組内容	- 野菜メニュー店の整備・普及（H26～） - 都民向けガイドブック「野菜、あと一皿！」作成（H26） - 野菜たっぷり簡単レシピの作成・配布（H28～）	- 野菜メニュー店の整備・普及 - 都民向けガイドブック「野菜、あと一皿！」デジタルブック作成（R4改訂） - 中食・内食における野菜摂取の啓発（R4～R5）	「野菜メニュー店」を「からだ気くばりメニュー店」に再構築し、整備・普及（R6～） - 小売販売事業者と連携した食環境づくり(栄養バランス・野菜・果物・減塩)（R6～）
実績	野菜メニュー店447店舗（H30末）	野菜メニュー店404店舗（R5末）	- からだ気くばりメニュー店315店舗（R6末） - 小売販売事業者との連携数271店舗（R6末）

R7年度以降の取組・方向性

- 小売販売事業者と連携した食環境づくりでは、令和 7 年度から令和 9 年度までの 3 年計画として、都内スーパーマーケットにおいて、①減塩、②野菜摂取、③栄養バランスの啓発及び環境整備を実施。令和 7 年度は、『減塩』の取組を実施。
- SNS 広告による都民への啓発の実施などにより、「からだ気くばりメニュー店」の店舗数や、新たに追加した栄養バランス・減塩に係る取組を行う飲食店の増加を図る。
- TOKYO WALKING MAPでの「からだ気くばりメニュー店」の掲載等、健康に配慮したメニューを提供する飲食店等に関する情報を充実させ、都民への普及啓発を強化する。



1

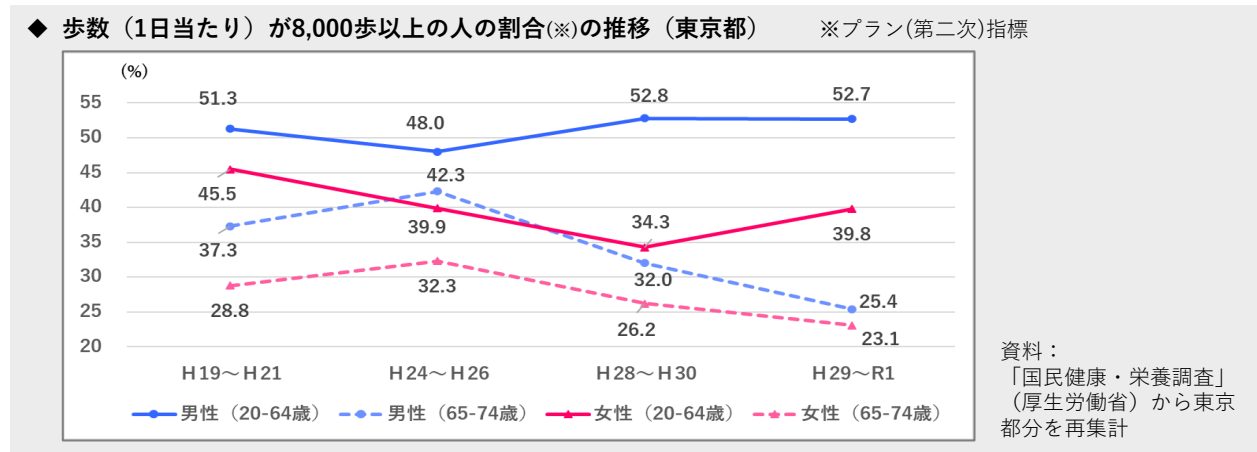
身体活動・運動

分野別目標

日常生活における身体活動量（歩数）を増やす

指標・数値

指標：日常生活における 1 日当たりの平均歩数（増やす）



現状・課題

- プラン(第二次)最終評価では、働く世代の男性以外（働く世代の女性・高齢世代の男女）は「c悪化」の評価。
- 1日8,000歩以上歩く人の割合は、20歳～64歳の男性は5割超、女性は約4割、65歳以上の男女は約2～3割となっており、全世代の歩数の増加を図る必要がある。
- 引続き、身体活動・運動の意義や日常生活の中で負担感なく実践できる身体活動量（歩数）を増やす取組について普及啓発を行うとともに、ウォーキングマップの活用などにより身体活動を促すなど社会環境整備が必要。

これまでの取組と実績

- 各区市町村等における、健康づくりの視点を取り入れたウォーキングマップの作成・活用事業に対し、包括補助により財政支援
- 都においては、都民の日常的な身体活動量を増やすことを目的として、平成28年度にポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」(以下、「ポータルサイト」という)を開設
- プラン(第二次)の最終評価及びポータルサイト利用者のリピート率が低いことをふまえ、より多くの都民にサイトを活用してもらうことで歩数の増加につなげるため、令和6年～7年度にポータルサイトの再構築を実施。

R7年度以降の取組・方向性

- ポータルサイトについて、令和7年度はサイトの利便性及び継続利用率を向上させることで、都民の歩数増加につながるよう、都民向けの機能追加等を実施。マイページ機能によるデジタルスタンプラリー、写真・リアクションの投稿機能を実装予定。
- あわせて、ポータルサイトの認知度の向上に向けてSNS広告による普及啓発を実施。また、写真投稿機能の公開にあわせて、フォトコンテストを実施し、サイト利用のきっかけを作ることで、サイト訪問者の更なる増加を図る。
- 令和8年度以降は、再構築後のポータルサイトの機能を生かしながら、認知度・利用者数の増につながる取組を引続き検討。

	H25～H30年度 (第二次：～中間評価)	R1～R5年度 (第二次：～最終評価)	R6年度 (第三次～)
取組内容	■ TOKYO WALKING MAP の開設 (H28) ■ 包括補助(「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)	■ TOKYO WALKING MAP 運営 ■ 包括補助(「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)	■ TOKYO WALKING MAP 再構築 ■ 包括補助(「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)
実績	■ TOKYO WALKING MAP 掲載コース数29区市町村305コース(H30末) ■ 包括補助実績25自治体(H30)	■ TOKYO WALKING MAP 掲載コース数62区市町村529コース(R5末) ■ 包括補助実績23自治体(R5) ■ TOKYO WALKING MAP アクセス数約87万(R5)	■ TOKYO WALKING MAP 掲載コース数62区市町村541コース(R6末) ■ 包括補助実績21自治体(R6) ■ TOKYO WALKING MAP アクセス数約95万



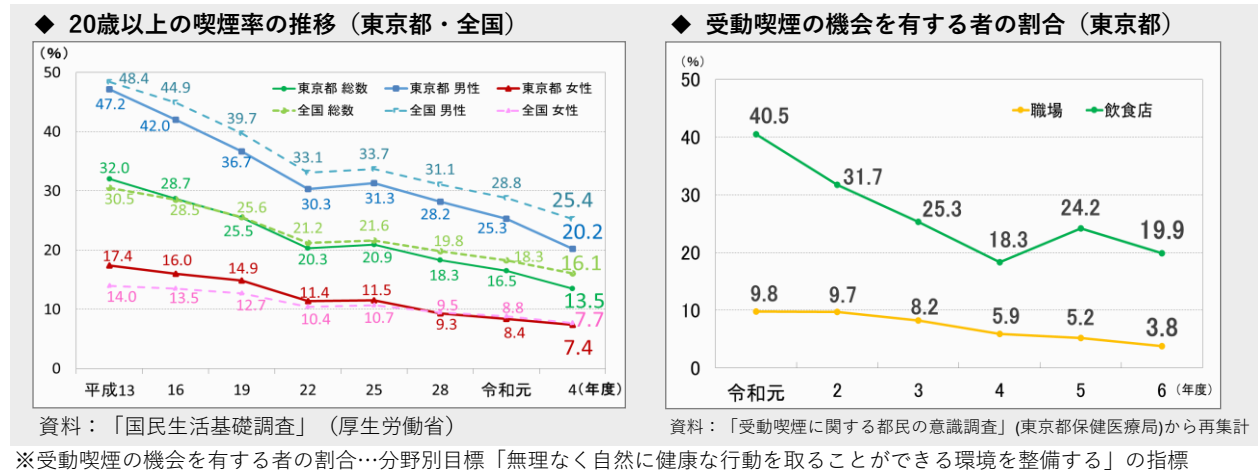
喫煙

分野別目標

20歳以上の者の喫煙率を下げる

指標・数値

指標：20歳以上の者の喫煙率（下げる／総数10%未満、男性15%未満、女性5%未満）
受動喫煙の機会を有する者の割合（なくす）※



- 現状・課題
- 20歳以上の都民の喫煙率は減少傾向にあり、プラン（第二次）の最終評価は「a改善」で目標値を変更。目標値達成に向けて、更なる取組が必要。
 - 令和2年4月の東京都受動喫煙防止条例、改正健康増進法の全面施行以降、受動喫煙の機会を有する者の割合は減少傾向だが、「なくす」には至っていない。
 - 喫煙率と受動喫煙の機会の更なる減少に向け、たばこによる健康への悪影響や受動喫煙対策についての都民・事業者等への普及啓発、区市町村への支援を継続して実施することが必要。

- これまでの取組と実績
- 小・中・高校別に禁煙教育副教材を配布、小・中・高校生を対象に、20歳未満喫煙防止・受動喫煙防止ポスターコンクールを実施
 - 法や条例に基づく受動喫煙対策について、ホームページやハンドブック等を活用し、都民や事業者等に対して周知・啓発
 - 各区市町村等が取り組む禁煙治療に関する医療費等の助成や屋内外の公衆喫煙場所の整備等に対し、包括補助により財政支援
 - 条例施行後5年の経過に当たり、令和6年度の本部会において、都内の受動喫煙対策の進捗状況等について検討を行い、意見を令和7年度の取組に反映

- R7年度以降の取組・方向性
- 令和7年度は、受動喫煙対策に係る普及啓発として、新たに①喫煙者への配慮義務の啓発や都民への飲食店標識確認の啓発を検索連動型広告を活用して実施するとともに、②外国人に都内の喫煙ルールを周知するため、受動喫煙対策特設サイト等の多言語化や訪都外国人に向けたターゲティング広告を実施。
 - あわせて、区市町村における公衆喫煙所整備について、屋外コンテナ型を整備する際の補助基準額を拡充。
 - 令和8年度以降は、令和7年度に開始した普及啓発について、特設サイトのアクセス数の増につながる取組を引続き検討。

	H25～H30年度 （第二次：～中間評価）	R1～R5年度 （第二次：～最終評価）	R6年度 （第三次～）
取組内容	■ 中学生向けリーフレット（H20～） ■ 禁煙治療費助成（包括補助）（H30～） ■ 受動喫煙防止の新制度に関する周知（H30～）	■ 小・中・高校別禁煙教育副教材配布（R1～） ■ 禁煙治療費助成（包括補助） ■ 受動喫煙対策特設サイトリニューアル（R5～）	■ 小・中・高校別禁煙教育副教材配布 ■ 禁煙治療費助成（包括補助） ■ 世界禁煙デー・禁煙週間でのランドマーク施設ライトアップ（R6～）
実績	■ 中学生向けリーフレット配布数134,975部 ■ 禁煙治療費助成7自治体 ■ チラシ・ポスターの配布、キックオフイベント等（いずれもH30年度実績）	■ 小・中・高校別禁煙教育副教材配布数355,333部 ■ 禁煙治療費助成18自治体 ■ 受動喫煙対策特設サイトR6年3月公開（いずれもR5年度実績）	■ 小・中・高校別禁煙教育副教材配布数356,129部 ■ 禁煙治療費助成19自治体 ■ 受動喫煙対策特設サイト閲覧数37,352回（いずれもR6年度実績）



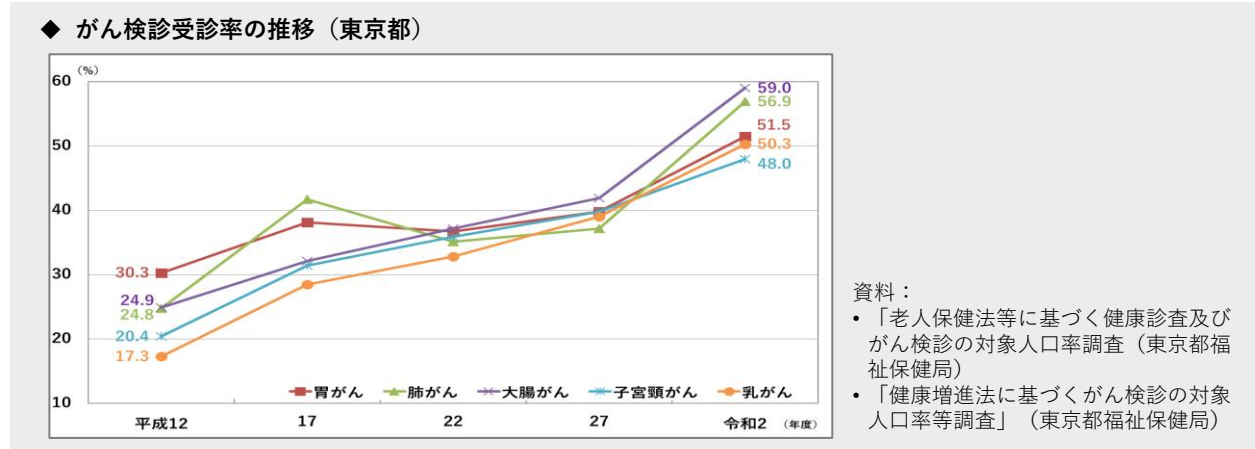
がん

分野別目標

がんの75歳未満年齢調整死亡率を下げる

指標・数値

指標：がん検診受診率（増やす：5 がん 60%以上）



現状・課題

- がんによる75歳未満年齢調整死亡率は年々減少しており、プラン(第二次)の最終評価では「a改善」の評価。
- しかし、依然として主要死因割合の第一位はがんであることから、がん予防に関する正しい知識の普及啓発が必要。
- 都民のがん検診受診率は増加傾向であり、子宮頸がん検診を除いて50%に達しているが、目標値（60%以上）の達成に向けて、特に受診率が低い層にターゲットを絞って効果的な普及啓発を行うことが重要。

これまでの取組と実績

- 女性特有のがんや生活習慣病を中心とした女性の健康問題に関する啓発を行うため、ポータルサイト「TOKYO #女子けんこう部」を令和2年度に開設し、サイトの閲覧につなげるWEB広告を実施。
- 著名人を起用して子宮頸がん検診の受診促進のためのコンテンツを作成し、女性の健康週間に合わせて配信。
- 60歳代の受診率向上のため、区市町村や職域を通じた退職者向けリーフレットの配布や、同世代の著名人を起用した啓発を実施。
- 大腸がんに関する知識を学べるウォーキングイベント「Tokyo健康ウォーク」を開催。
- 母の日や乳がん月間、がん征圧月間等にキャンペーンを実施

R7年度以降の取組・方向性

- 特に受診率が低い20代女性をターゲットとして、引き続き、インフルエンサーを起用したコンテンツを作成し、コンテンツの視聴やポータルサイトの閲覧につなげるためのWeb広告等を実施する。実施にあたっては、対象世代の特性に一層マッチしたコンテンツを作成して、対象者に効果的にアプローチする。
- 60代以降は定年退職により職域での受診機会がなくなることにより、受診率が低下する傾向にあることから、退職後もがん検診を受診することの重要性を伝え、地域での受診を促す取組を強化する。
- 都民に対するアンケート調査を実施し、最新の受診動向を把握する。（令和7年度）

	H25～H30年度 (第二次：～中間評価)	R1～R5年度 (第二次：～最終評価)	R6年度 (第三次～)
取組内容	■ポータルサイト「TOKYO #女子けんこう部」運営(R2～) ■著名人を起用した子宮頸がん検診普及啓発(R3～) ■プレシニア世代からのがん検診受診率向上事業(R5～) ■「Tokyo健康ウォーク」開催（H21～）		■「#女子けんこう部」運営 ■子宮頸がん検診普及啓発 ■プレシニア世代からのがん検診受診率向上事業 ■「Tokyo健康ウォーク」
実績	■「TOKYO #女子けんこう部」アクセス数 約100万（R5年度） ■子宮頸がん啓発動画視聴回数 約16万回（R5年度） ■プレシニア向け啓発動画視聴回数 約30万回（R5年度） ■「Tokyo健康ウォーク」参加者 1,270人（R5年度）		■「#女子けんこう部」アクセス数 約88万 ■子宮頸がん啓発動画視聴回数 約16万回 ■プレシニア向けコラム作成 ■「Tokyo健康ウォーク」参加者 1,171人



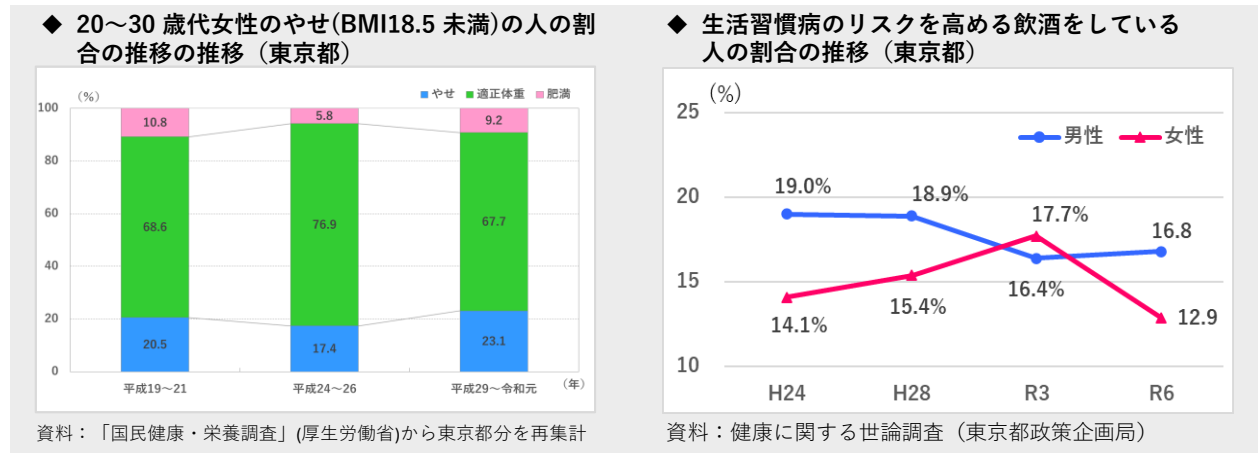
女性の健康

分野別目標

ライフステージに応じた健康づくりを実践している女性の割合を増やす

指標・数値

指標：20～30歳代女性のやせの人の割合（減らす）／生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている女性の割合（減らす）



- 現状・課題
- プラン(第二次)の最終評価では、飲酒や歩数などで女性の悪化が目立ち、これまで性差に着目した取組が少なかったことから、プラン(第三次)において、「女性の健康」を新たな分野として設定。
 - 女性が生涯にわたって健康な生活を送るためには、生活・労働環境等を考慮しつつ、各ライフステージにおける健康状態に応じて、適確に自己管理を行えるよう支援していくことが必要。

- これまでの取組と実績
- プラン(第二次)の中間評価において、「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合」が女性で高く、男女差があったことから、ビール酒造組合と連携した「女性の適正飲酒普及啓発活動」を実施。
→ 本分野の指標となる最新の調査において、女性の当該数値は、R3年：17.7%→R6年：12.9%に減少。
 - 令和2年度に、女性の様々な健康課題について啓発するポータルサイト「TOKYO #女子けんこう部」を開設。漫画によるがん検診の重要性の啓発のほか、令和3年度には「こころ」「喫煙」などのテーマでもページを作成。

	H25～H30年度 (第二次：～中間評価)	R1～R5年度 (第二次：～最終評価)	R6年度 (第三次～)
取組内容	■ 包括補助（女性の健康づくり） ■ 女性の適正飲酒普及啓発活動（R1～） ■ 「女性のお酒あるある川柳inTOKYO」開催（R1） ■ ポータルサイト「#女子けんこう部」の開設（R2） ■ 働く女性のウェルネス向上事業（R5～）		■ 包括補助（女性の健康づくり） ■ ポータルサイト「#女子けんこう部」の運営
実績	■ 「#女子けんこう部」アクセス数約100万回（R5末） ■ 包括補助実績23自治体（R5）		■ 「#女子けんこう部」アクセス数約88万回(R6末) ■ 包括補助実績18自治体

- R7年度以降の取組・方向性
- 令和6年「健康に関する世論調査」（東京都政策企画局）では、関心がある女性の健康課題は「乳がんや子宮頸がんなどのがん」「子宮や卵巣などの病気」など、女性特有の疾患に関することが上位となっており、引続き「TOKYO #女子けんこう部」での情報発信や「女性の健康週間」にあわせた普及啓発を実施。
 - 女性の健康に関する取組は庁内各部署で関連施策を実施しているが、指標の一つである「若年女性のやせ」に関する直接的な取組は未実施。女性の健康に関連するテーマは、女性特有のがん、生理やPMS・更年期症状、妊娠・出産など多岐にわたり、また、職域での啓発などアプローチ方法も幅広いため、**指標もふまえつつ、庁内関連部署で連携しながら今後の取組を検討。**

