

誰もが健康的に暮らせる

“とこわか三重”

の実現をめざして

令和7年8月19日
三重県医療保健部健康推進課



1 第3次三重の健康づくり基本計画（ヘルシーピープルみえ・21）について

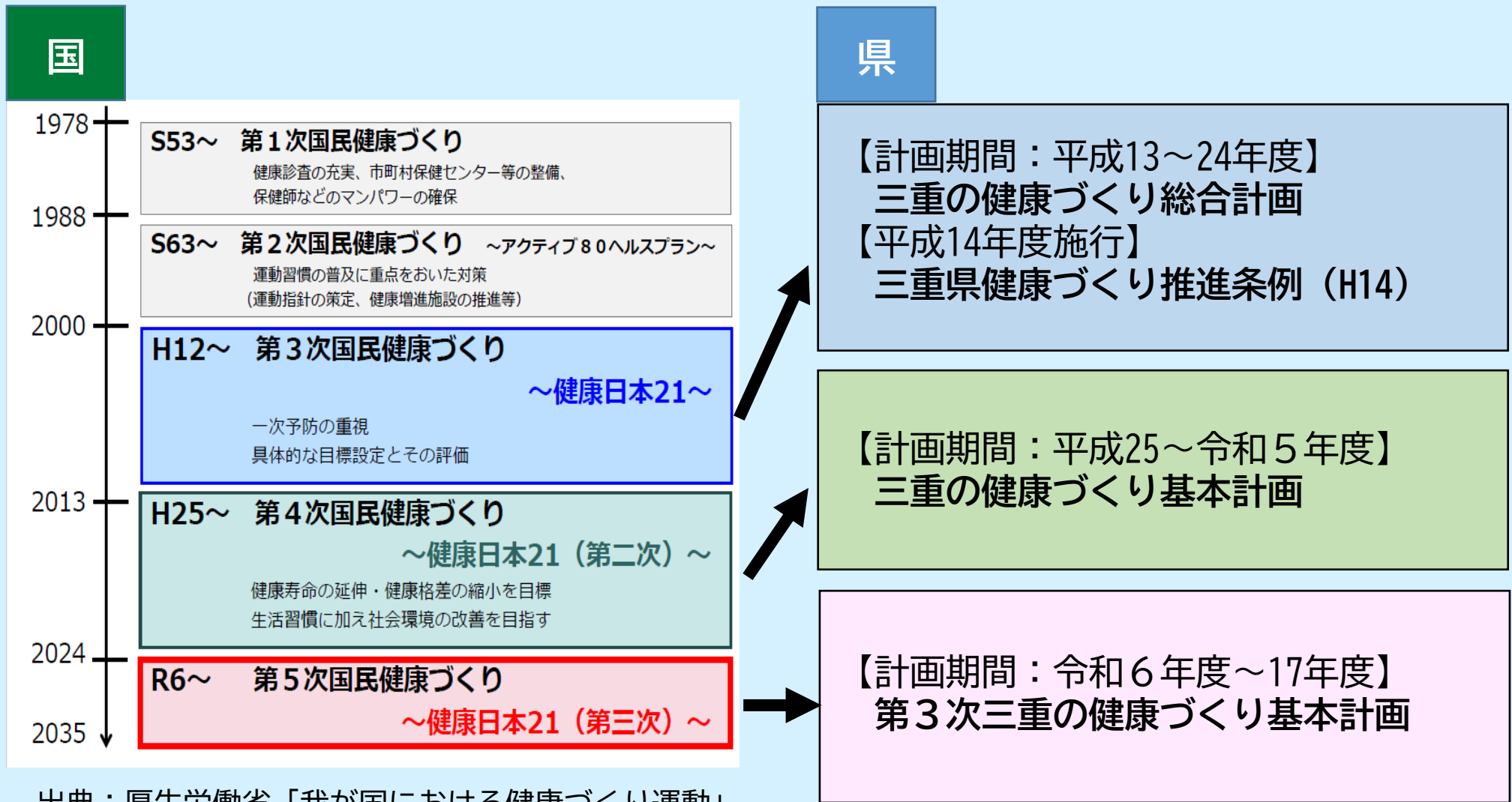
- （1）第3次三重の健康づくり基本計画（ヘルシーピープルみえ・21）とは
- （2）誰一人取り残さない健康づくりの推進

2 誰もが自然に健康になれる食環境づくりの推進について

- （1）厚生労働省「健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ」
- （2）三重とこわか食環境イニシアチブ

第3次三重の健康づくり基本計画について (ヘルシーピープルみえ・21)

第3次三重の健康づくり基本計画（ヘルシーピープルみえ・21）とは



これまでの取組・成果

三重の健康づくり基本計画（ヘルシーピープルみえ・21）（第2次：H25～R5年度）

目標

健康寿命の延伸

幸福実感を高めるための心身の健康感の向上

基本方針

生活習慣病対策

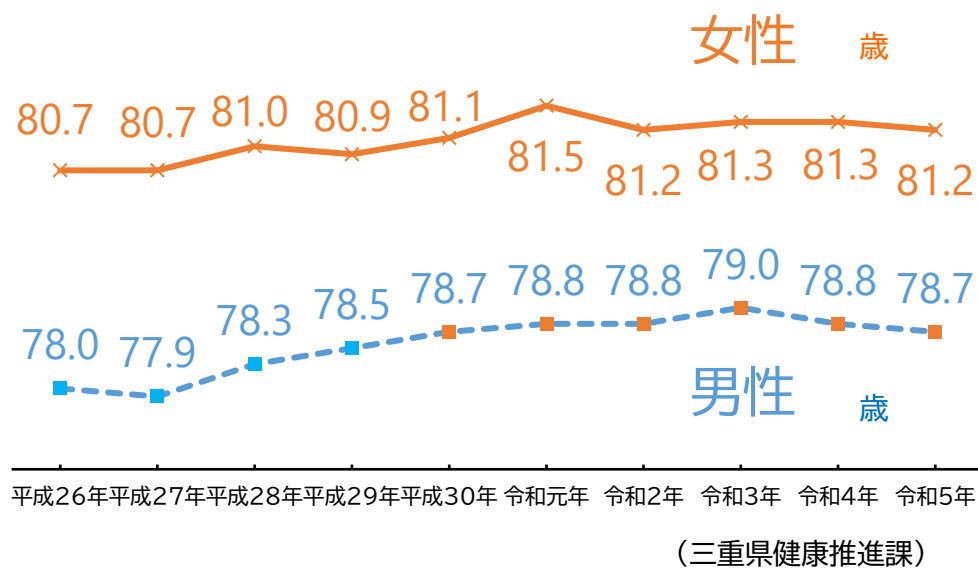
メンタルヘルス対策

ライフステージに応じた健康づくり

「協創」による健康な社会環境づくり

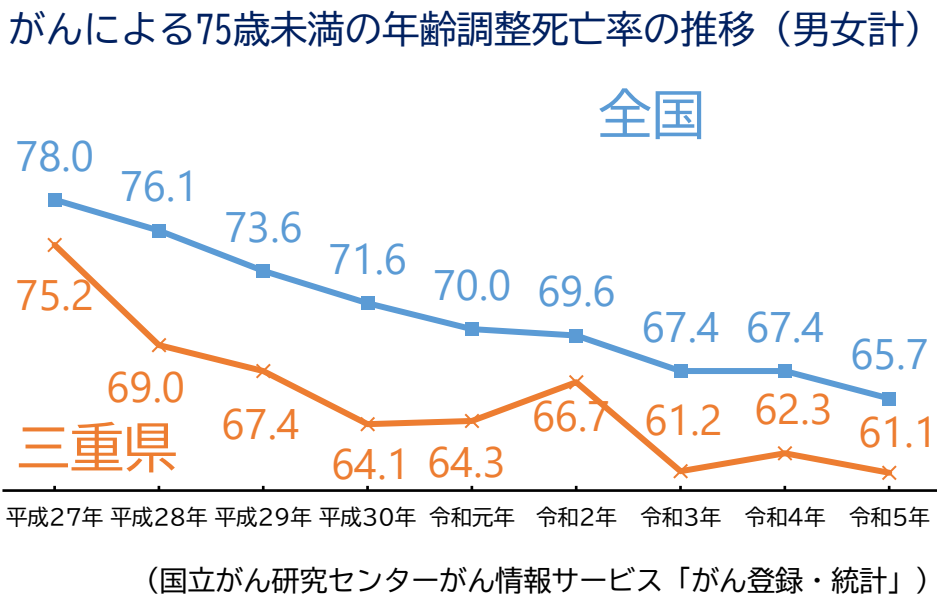
取組成果

健康寿命の延伸



近年は男女とも横ばい
長期的には**延伸**傾向

がん死亡率の減少



全国第 **8** 位

女性第 **9** 位
男性第 **12** 位

第3次三重の健康づくり基本計画 (ヘルシーピープルみえ・21)

全体目標

- ①健康寿命の延伸
- ②心身の健康感の向上

計画期間：令和6年度～17年度
根拠法令：健康増進法、三重県健康づくり
推進条例

基本的な考え方①

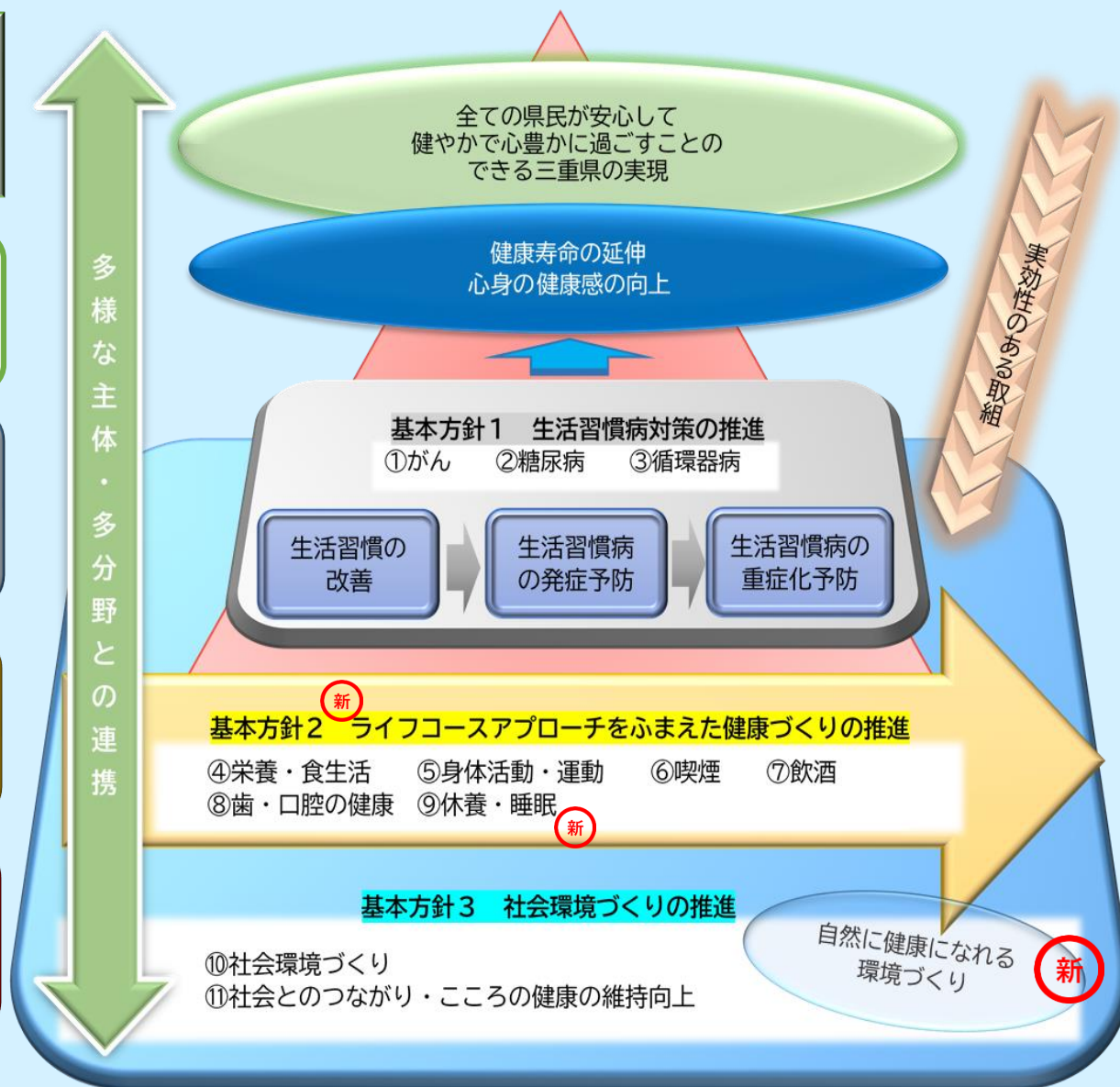
誰一人取り残さない「全ての県民」を対象
とした健康づくり

基本的な考え方②

健康であることを感じられる実効性ある
取組の推進

基本的な考え方③

多様な主体・多分野の連携による取組の
推進



誰一人取り残さない健康づくりの推進

三重とこわか県民健康会議（R元.9～）

目的

「誰もが健康的に暮らせる“とこわか三重”」の実現に向け、企業、関係機関・団体、市町等が一体となり、県民自らが主体的に取り組む健康づくりや企業等における健康経営の取組を推進する。

活動内容（三重とこわか健康経営大賞、各種表彰などを実施予定）

- 健康づくりの県民運動の推進に関すること
- 健康づくりにおける多職種の連携に関すること
- 健康づくりに関する情報の提供及び理解の促進に関すること

組織

会議

- 構成員：103団体の代表者
- 会長：三重県知事

保健医療関係団体、保険者、福祉関係団体、健康づくり関連団体、経済団体等、報道機関、学識経験者、教育関係団体、行政機関

幹事会

- 構成員：上記団体から選出した実務者、庁内関係各課
- 幹事長：三重県医療保健部長

健康寿命の延伸へ！

三重とこわか健康立県宣言

- と 特定健診・がん検診等受診率向上に取り組みます
- こ ころの健康づくりに取り組みます
- わ 「輪」、「つながり」を大切にします
- か 身体（からだ）づくりのために望ましい食習慣と運動習慣に取り組みます

市町・保健所・企業等における啓発イベント

「県民健康の日（9月7日）」及び「健康増進普及月間（9月）」等において実施

- ①がん ②糖尿病 ③循環器病
- ④栄養・食生活 ⑤身体活動・運動 ⑥喫煙 ⑦飲酒
- ⑧歯・口腔の健康 ⑨休養・睡眠

日本健康会議2025

●保険者等における先進的な予防・健康づくりの取組を全国に広げるための民間主導の活動体

●経済界・医療関係団体・自治体・保険者団体のリーダーが手を携え、健康寿命の延伸と医療費の適正化を図ることを目的

●2015～2020年（第一期）までの活動に引き続き、誰もが活躍できる社会を実現していくことを目的

●メンバーは、各団体のリーダー及び有識者の計31名で構成（R5.10現在）

理念と目標を共有

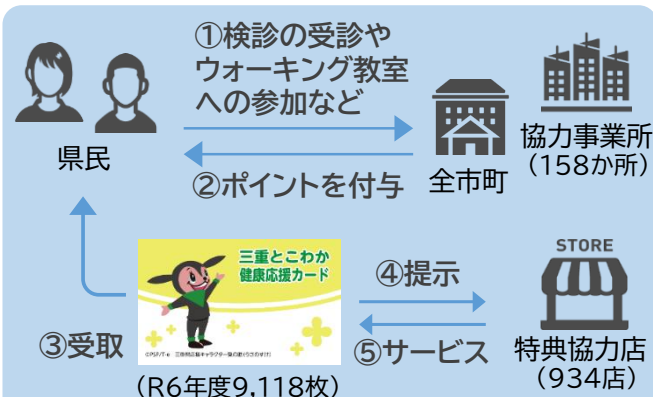
個人の主体的な健康づくりの取組を促進するアプローチ

企業等における健康づくりの取組を促進するアプローチ

誰もが無理なく自然に健康な行動をとれるアプローチ

三重とこわか健康マイレージ事業

県内29市町全てで取組を開始（H30.7～）



ポイントをためてカードをゲット!!

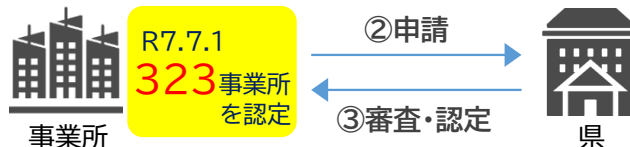
（令和7年6月30日現在）

三重とこわか健康経営カンパニー（ホワイトみえ）

- ・健康経営®の取組を促進する認定制度を創設（R元～）
- ・三重とこわか健康経営大賞の表彰（R2～）
- ・三重とこわか健康経営促進補助金の創設（R2～）
- ・三重とこわか健康経営殿堂入りカンパニーの認定（R5～）

①健康経営にかかる取組の実施

例えば…



※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

自然に健康になれる環境づくり

- ・身体活動・運動に取り組みやすい環境づくり
- ・たばこの煙のないお店の認定
- ・歯科保健におけるフッ化物洗口の推進
- ・三重とこわか食環境イニシアチブ（R7～）

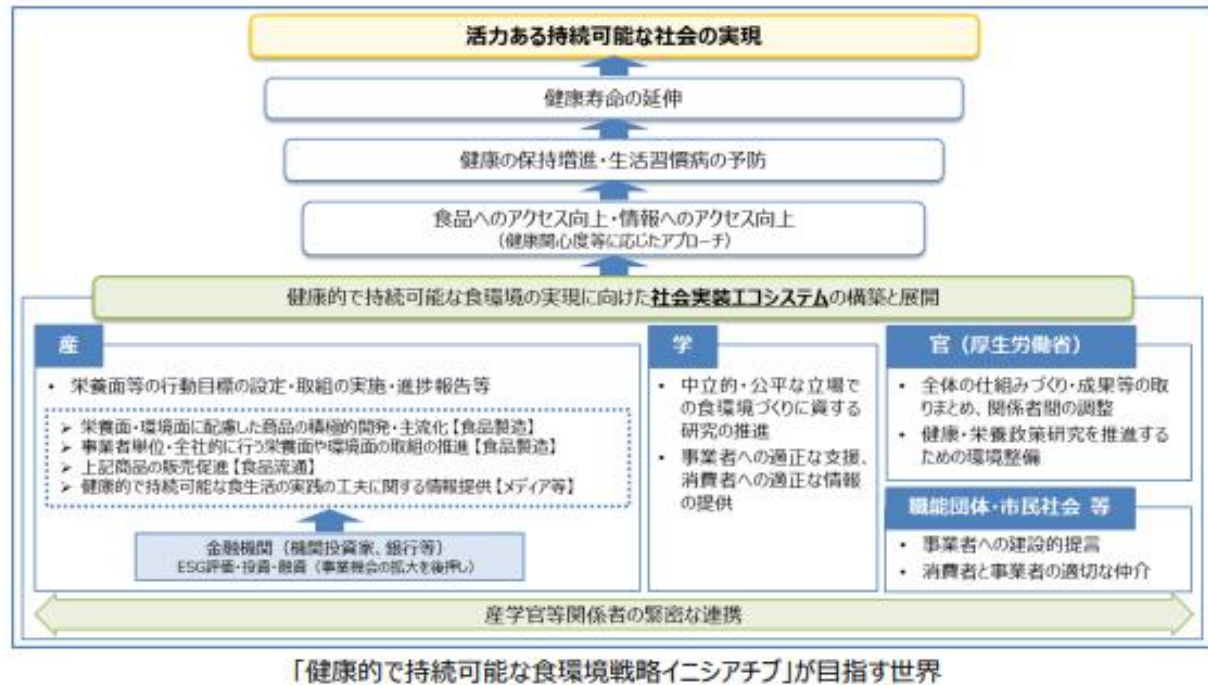


など

誰もが自然に健康になれる食環境づくりの推進 について

厚生労働省「健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ」

- 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。
- 本イニシアチブでは、「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認識。
- 参画事業者は、SMART※3形式の行動目標を設定した上で※4、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。
 - ※3 Specific(具体的), Measurable(測定可能), Achievable(達成可能), Relevant(関連のある), Time-bound(期限のある)
 - ※4 各参画事業者は、少なくとも「食塩の過剰摂取」の解消に資する行動目標を設定することが参画条件とされている。



(出典) 健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブの紹介と2024年度の活動内容 (2025年3月 厚生労働省) より抜粋

※「イニシアチブ」・・・構想、ある目的や考えを実現するために協力し、組み立てていく枠組み
※「食環境づくり」・・・人々がより健康的な食生活を送れるよう、人々の食品（食材、料理、食事）へのアクセスと情報へのアクセスの両方を、相互に関連させて整備していくこと

厚生労働省「健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ」

参画メリット

1. 本イニシアチブへの参画の標榜※

※参画事業者が本イニシアチブに参画し、健康的で持続可能な食環境づくりを推進していることについて、一定のルールの下、統合報告書、サステナビリティレポート、商品広告等で標榜可能としています。

2. 金融機関（機関投資家等）のESG※ファイナンス関係者との情報交換

※環境・社会・企業統治

3. 栄養・食環境づくりに関する国際情勢、学術的な専門知識等の獲得

4. 本イニシアチブの活動内容・成果に関する国内外への情報発信

5. 国内外の栄養・健康課題に係る対策、ルール形成等への提言・関与

こうした活動を通じ、ESG評価等の向上、更なる事業機会の拡大が期待できます。

参画原則

- ・ 栄養面を軸としつつ、環境面にも配慮した、産学官等連携による健康的で持続可能な食環境づくりに賛同する。
- ・ 栄養面・環境面の課題への効果があると見込める有意義なSMART形式の行動目標を設定する。
- ・ SDGs/ESGウォッシュ（注）にならない行動目標を設定する。
（注）「ウォッシュ」とは、消費者等への訴求効果を狙い、表面的な取組、見せかけの取組を行うことをいいます。
- ・ 行動目標設定後、進捗状況を毎年報告する。
- ・ 行動目標の進捗状況が原則公表されることに同意する。
- ・ 本イニシアチブの取組推進を阻害しない。
- ・ 反社会的組織・活動に関わりがない。

参画募集期間

- ・ 2025年度第1回参画募集期間 : 2025年6月16日(月)－9月19日(金)
- ・ 2025年度第2回参画募集期間 : 2025年10月27日(月)－2026年2月24日(火)

※「[健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ](#)」ウェブサイトより



「三重とこわか食環境イニシアチブ」の概要

誰一人取り残さない食環境づくりによって、県民の皆さんが無理なく健康的な食生活を実践し、活力ある持続可能な
”とこわか三重”を実現します。

食品流通事業者

- ・棚割り、価格等における健康的な食品の販売の工夫
- ・塩分控えめ、野菜たっぷり等の惣菜・弁当等の主流化、栄養成分表示の実施 など

食品製造事業者

- ・塩分控えめ等の健康的な食品の積極的な開発・製造
- ・パッケージの工夫等による効果的な販売戦略の実施 など

外食・配食事業者

- ・塩分控えめ、野菜たっぷり等の健康的なメニューの充実
- ・価格、メニュー表記の工夫による販売戦略
- ・栄養成分表示の実施 など

金融機関

- ・ESGファイナンスのセミナー等による事業者の取組促進
- ・県民、事業者への適切な情報提供 など



メディア

- ・三重県の栄養課題や健康的な食生活等に関する情報発信
- ・参画事業者と連携した広報活動の展開 など

その他事業者

- ・顧客、従業員へ向けた栄養 課題等の情報発信
- ・従業員食堂における健康的なメニューの主流化 など

職能団体・市民団体 等

- ・県民の声を元に参画事業者へアドバイス
- ・県民と事業者の適切な仲介
- ・県民への適切な情報提供 など

学術関係者

- ・食環境づくりに関する研究
- ・参画事業者の取組を評価・分析
- ・公平な立場で事業者を支援
- ・県民への適切な情報提供 など

三重県「三重とこわか食環境イニシアチブ」

基本理念

誰一人取り残さない食環境づくりによって、県民の皆さんが無理なく健康的な食生活を実践し、活力ある持続可能な”とこわか三重”を実現します。

※「食環境づくり」とは、人々がより健康的な食生活を送れるよう、人々の食品（食材、料理、食事）へのアクセスと 情報へのアクセスの両方を、相互に関連させて整備していくことをいいます。

目的

「食塩の過剰摂取」、「野菜・果物の摂取不足」、「肥満・やせ」を、三重県が優先して取り組むべき栄養課題として捉え、産学官等が連携・協働して、誰もが自然に健康になれる食環境づくりに取り組むことで、**県民の健康寿命の延伸、心身の健康感の向上**をめざします。

取組方針

産学官等の連携・協働により、**健康に関心の薄い人を含む、誰もが無理なく自然に健康な行動を取ることができるような食環境づくり**に取り組みます。

参画事業者は、課題に対する取組目標を設定しつつ、より効果的な方策を検討し、協働することにより、誰もが自然に健康になれる食環境づくりをめざします。

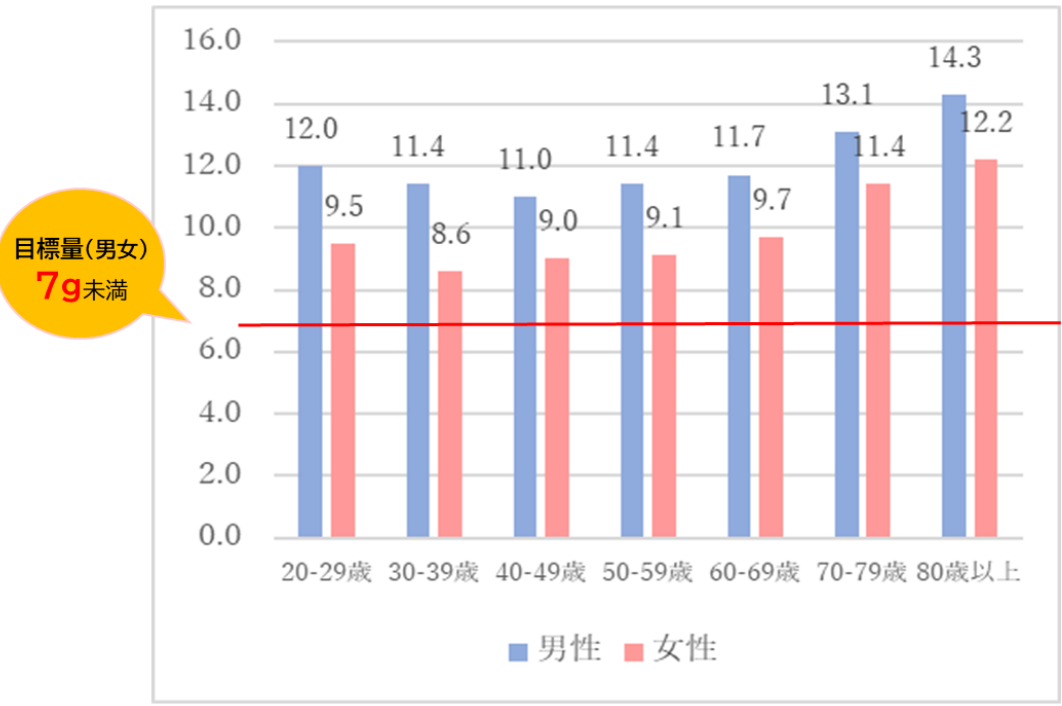
本イニシアチブの目標値
(第3次三重の健康づくり基本計画より抜粋)

評価指標	現状値	6年間値	12年間値
①参画事業者を有する市町数	－	15市町	29市町
②食塩摂取量	11 g	9 g	7 g
③野菜摂取量	274 g	350 g	350 g
④果物摂取量	131.4 g	200 g	200 g
⑤男性（30-59歳）の肥満者	36.4%	33%	30%
⑥女性（20-29歳）のやせの人	27.6%	21%	15%
⑦健康寿命	男性 79.0歳 女性 81.3歳	平均寿命の延びを上回る健康寿命の延伸	

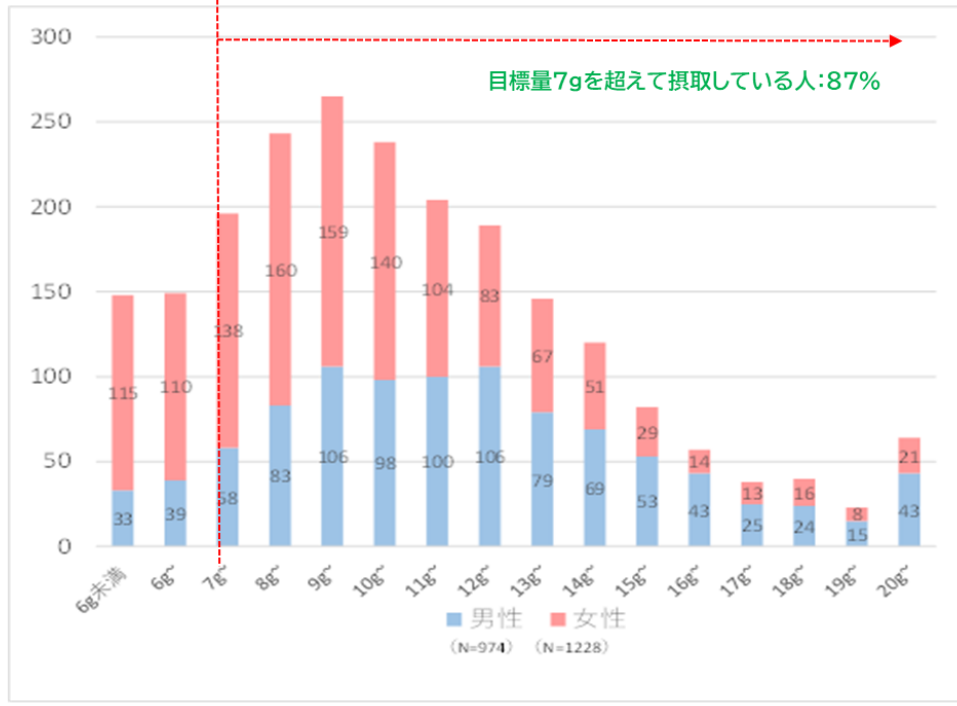
食塩の摂取状況

- ・20歳以上の1日あたりの食塩摂取量の平均は11g(男性12.2g、女性10.1g)で、県の目標量の7gを約4g上回っています。
- ・また、男女とも約9割が目標量の7gを超えています。

食塩摂取量の平均値(g)
(令和4年度:20歳以上、性、年齢階級別)



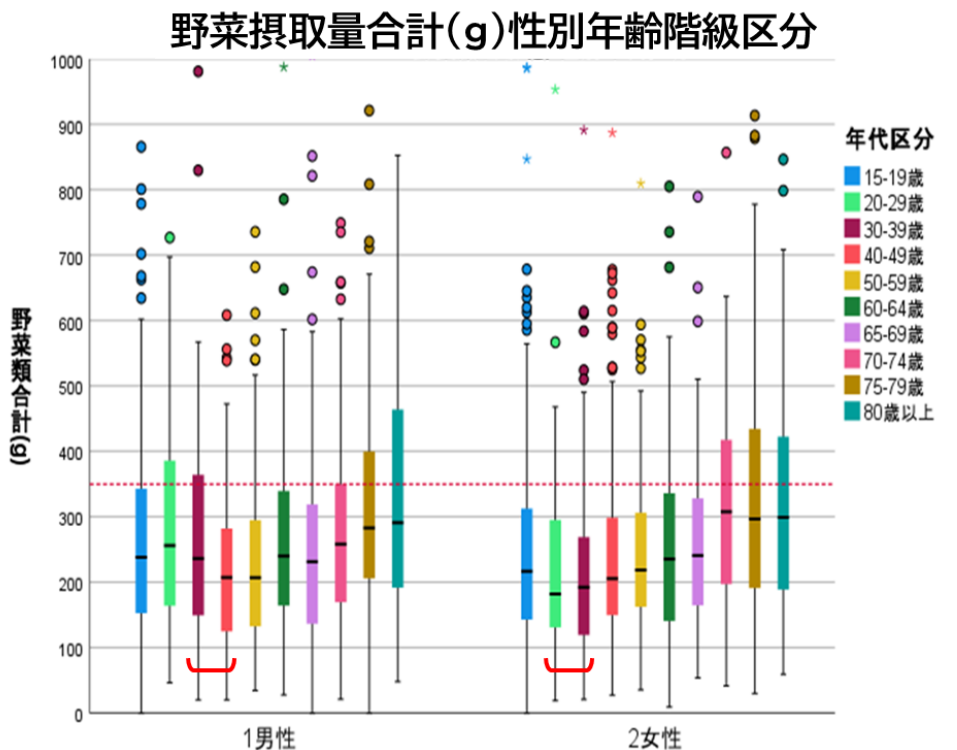
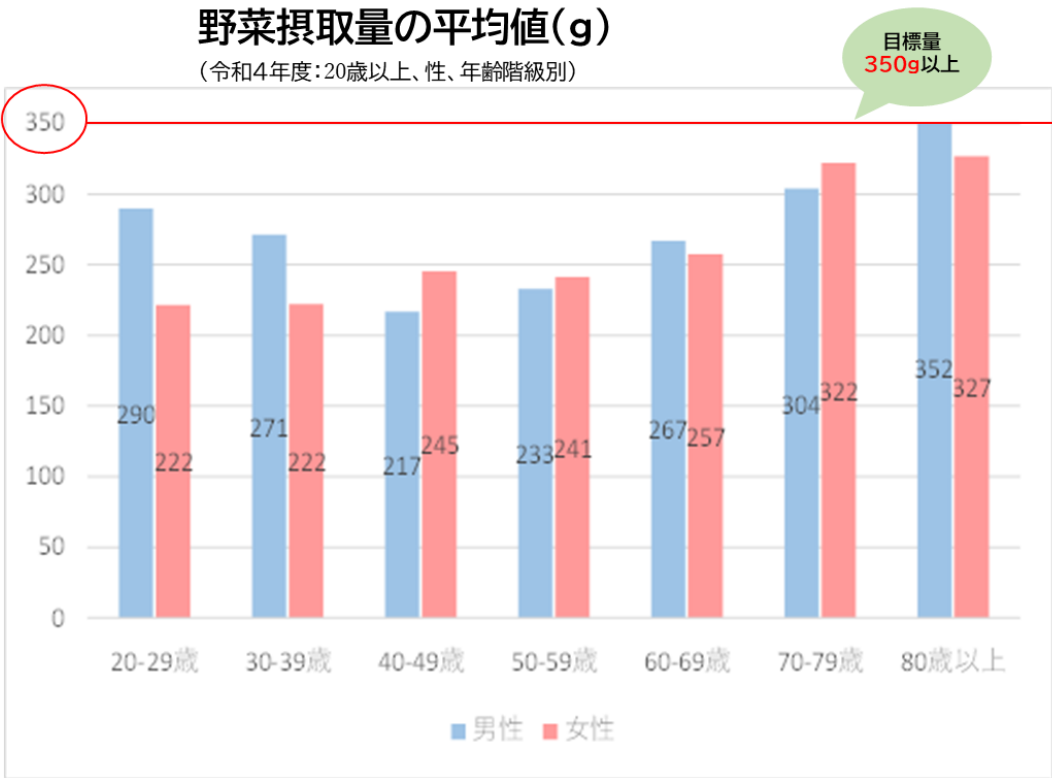
食塩摂取量の分布
(令和4年度:20歳以上)



出典：令和4年 三重県県民健康・栄養調査結果 (BDHQ)

野菜の摂取状況

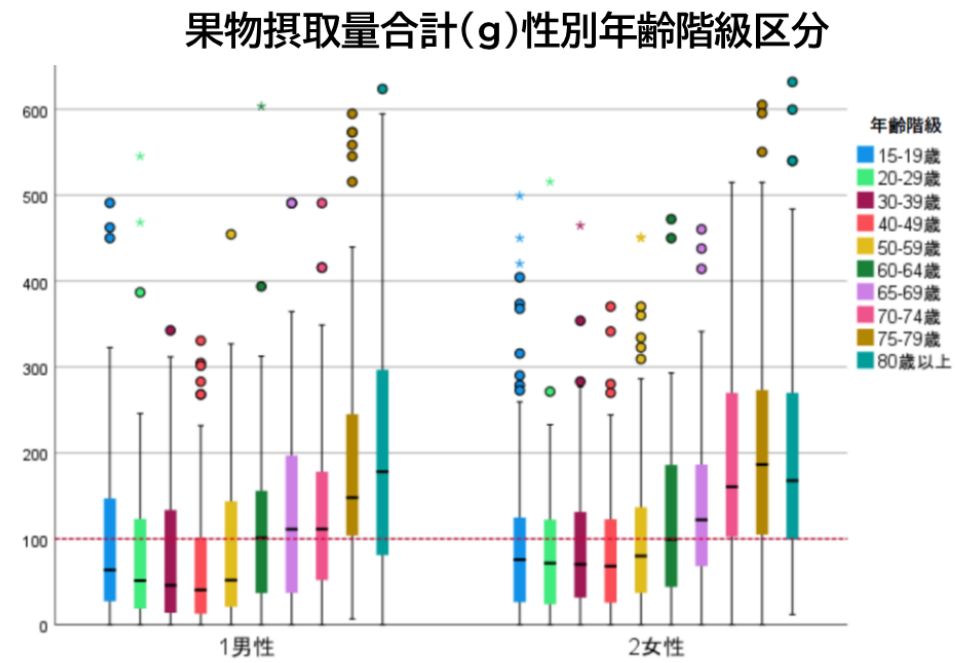
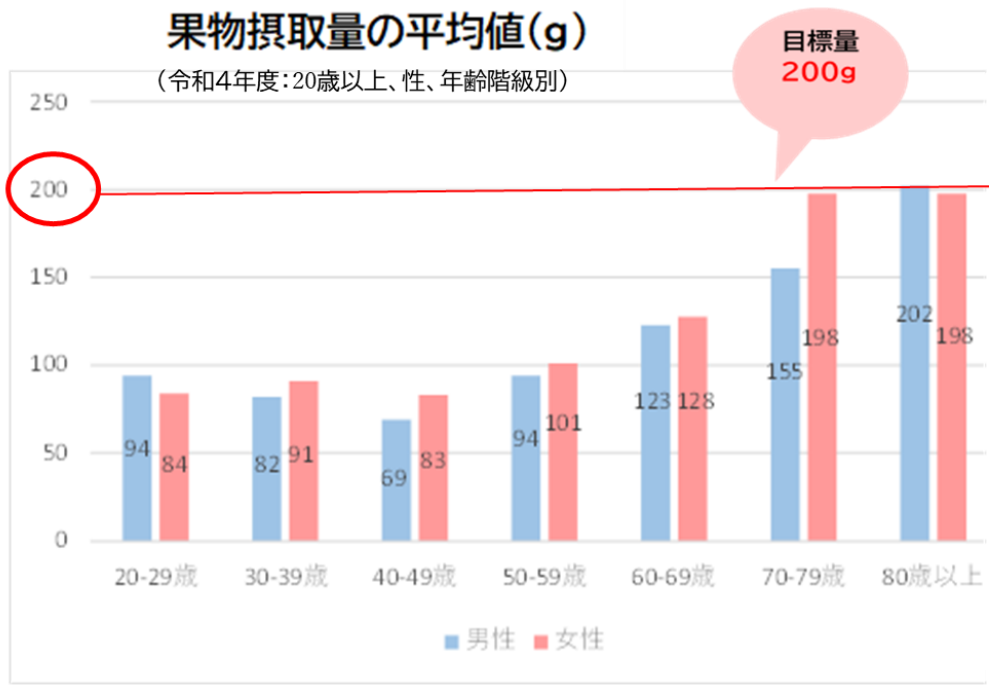
- ・20歳以上の1日あたりの野菜摂取量の平均は274g(男性276g、女性272g)で、目標量の350gに対して**約80g不足**しています。
- ・特に、20～30歳代女性、40～50歳代男性の摂取量が少なくなっています。



出典：令和4年 三重県「県民健康・栄養調査」(BDHQ)

果物の摂取状況

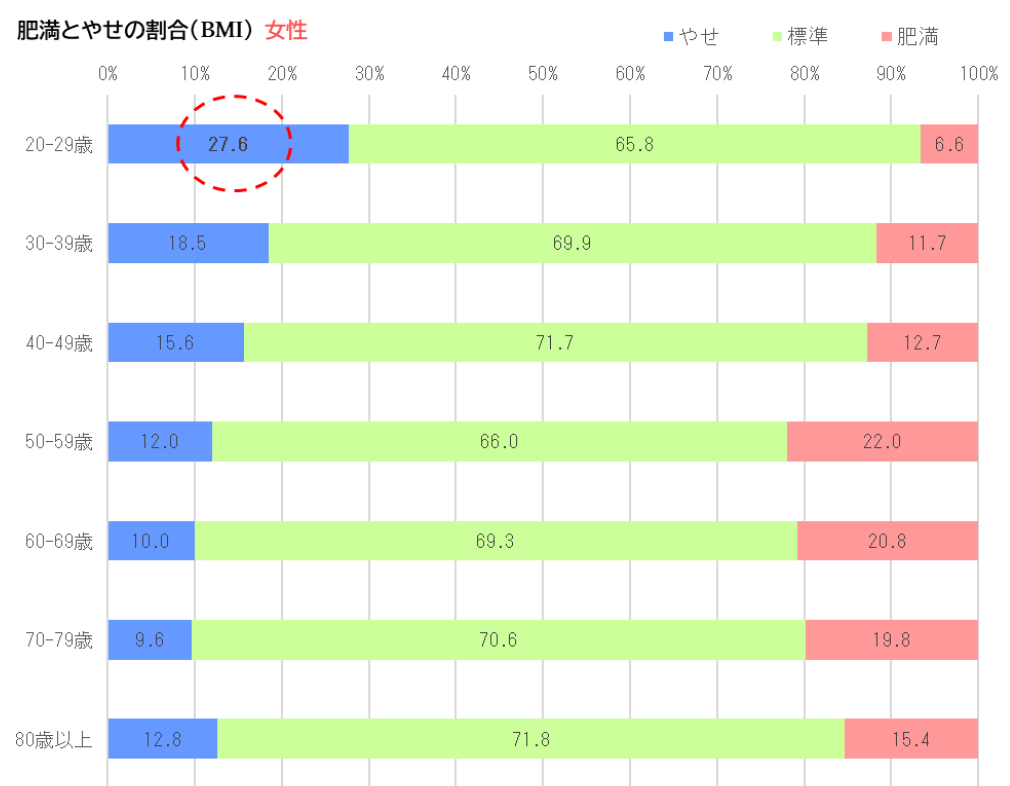
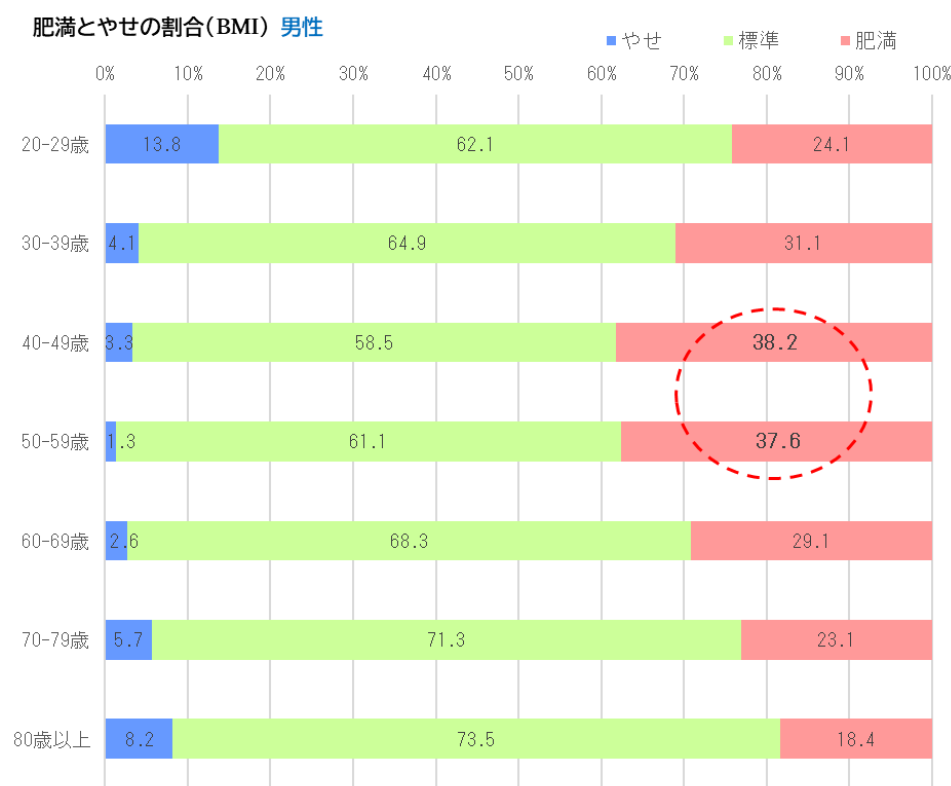
- ・1日あたりの果物摂取量の平均は、男性の60歳未満、女性の50歳未満で100gに達しておらず、特に40歳代の摂取量が最も少なくなっています。
- ・男性では75歳以上、女性では70歳以上の摂取量が多く、40歳代と100g以上の差があります。



出典：令和4年 三重県「県民健康・栄養調査」(BDHQ)

肥満とやせの状況

- ・肥満の割合は、男性の40～50歳代が高く、4割近くになっています。
- ・やせの割合は、女性の20歳代が最も高く、3割近くになっています。

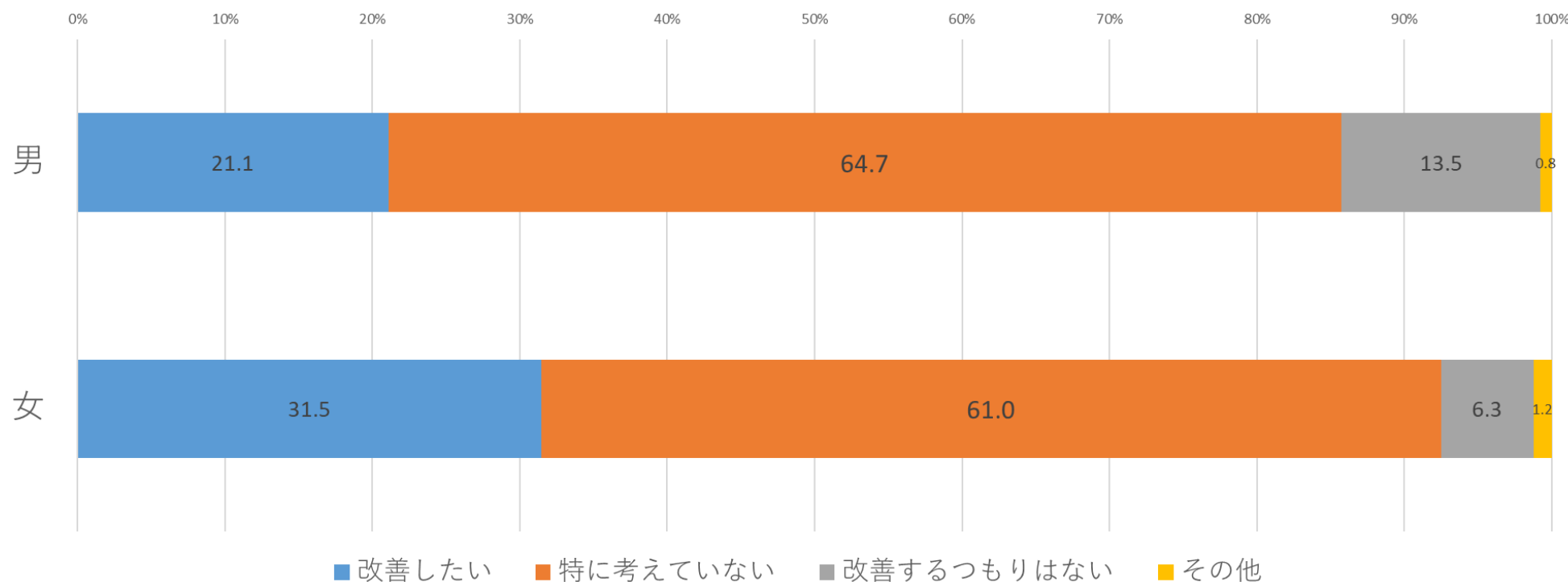


出典：令和4年 三重県「県民健康・栄養調査」(BDHQ)

食生活改善の意思について

・男女とも食生活の改善について**考えていない**人が一番多く、男性64.7%、女性61.0%でした。

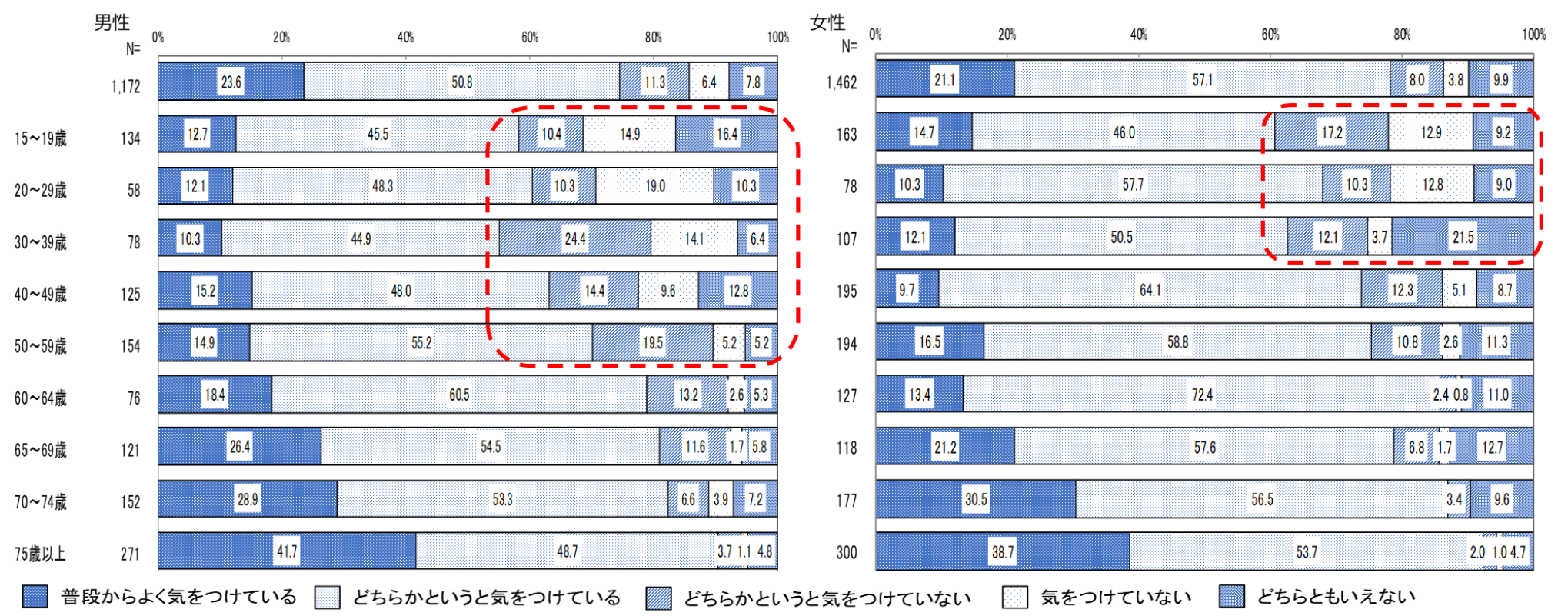
健康増進のために食習慣を改善しようと思うか



出典：三重県「三重県県民健康意識調査」

健康への関心度について

- ・ふだん健康について「どちらかというと気をつけていない」「気をつけていない」「どちらともいえない」と回答した健康に関心の薄い人が、男女とも20%を超えており、若年層～中高年層で特に多くなっています。
- ・最も割合が高いのは、男性では30～39歳で約45%、女性では15～19歳で約40%となっています。



出典：三重県「三重県県民健康意識調査」

参画ポリシー

事業者が本イニシアチブへ参画するにあたり、遵守していただくポリシーは以下のとおりです。

1. 県が進める誰もが自然に健康になれる食環境づくりの取組に賛同する。
2. 三重県の健康・栄養の課題の解決に向けた効果が期待できるアクションプランを設定する。（1年に1回見直すことができます。）
3. 毎年、取組の進捗状況を確認し、実施期間の最終年度に取組結果を報告する。（好事例は、同意の上で積極的に紹介します。）
4. 誰もが自然に健康になれる食環境づくりの推進を阻害しない。
5. 反社会的組織・活動に関わりがない。

参画の対象

三重県内で事業を展開する、以下の事業者が対象となります。

1. 食品製造事業者
2. 食品流通事業者
3. 外食・配食事業者
4. メディア事業者
5. その他事業者

なお、各事業者は、消費者（県民）を対象としたアクションプランを設定することが原則ですが、「その他事業者」に限り、自社の従業員を対象とした従業員食堂等におけるアクションプランの設定でも参画が可能です。

三重県「三重とこわか食環境イニシアチブ」

参画スタイル

三重とこわか食環境イニシアチブへの参画スタイルは、以下の2パターンがあります。

- プライムメンバー（「食塩の過剰摂取」に対してしっかりと取り組む）
- レギュラーメンバー（「三重県の健康・栄養の課題」に対して取り組む）

参画メリット

以下のような活動を通じて、事業機会の拡大や企業イメージの向上などが期待できます。

【プライムメンバー限定メリット】

- ① 県におけるメディア取材や広報誌への掲載など、情報発信を行う際に優先的にご案内します。
- ② 県のイベント等におけるブース出店や取組発表など、PRの機会を優先的にご案内します。
- ③ 参画事業者が実施する実証事業に対して、効果検証や成果の発信等の支援を行います。



【プライム・レギュラー共通メリット】

- ① 参画事業者等交流会や、本イニシアチブが実施する各種イベント（例：減塩食品の試食会）などに参加できます。（産学官等の関係者と連携・協働する機会や、新たな発見を得る場の創出、取組のPR等による企業イメージの向上などが期待できます。）
- ② 学術関係者・金融機関等の専門家と取組内容について相談・意見交換する場を活用できます。
- ③ 参画事業者限定セミナー等を受講できます。（新しい情報や専門知識等を獲得し、事業に活用することが期待できます。）
- ④ 県ホームページ等で参画事業者を紹介します。また、好取組については県から積極的に情報発信します。
- ⑤ 貴社ホームページ等で、本イニシアチブへの参画をPRいただけます。
- ⑥ 県が制作するPOP、チラシ等の啓発媒体を活用することができます。

ご清聴ありがとうございました。
皆さまのご参画を心よりお待ちしております。



三重とこわか
食環境
イニシアチブ

