

# 第4期宮城県食育推進プラン目標指標の見直し（案）

資料3

目標指標項目	ベースライン値	目標値（R7）	データソース	
1日当たりの食塩摂取量	成人男性	11.5g	9g以下	県民健康・栄養調査
	成人女性	9.5g	8g以下	
	成人男性	11.5g	7.5g未満	県民健康・栄養調査
	成人女性	9.5g	6.5g未満	



## 目標値の設定理由

- 食育推進プラン策定時の目標値設定は、第2次みやぎ21健康プランの目標値に合わせて設定された。
- 令和6年3月に改訂された第3次みやぎ21健康プランでは、日本人の食事摂取基準（2020年版）の目標量を参考に、目標値を男性7.5g未満、女性6.5g未満としている。
- 計画毎に目標値が異なることで県民の混乱を招くことを防ぐため、本プランにおいては、第3次みやぎ21健康プランに合わせ、目標値の見直しを行う。

# 第4期宮城県食育推進プラン目標指標の見直し（案）

「日本人の食事摂取基準（2020年版）」※策定検討会報告書 p.266～p.310抜粋

〈ナトリウムの食事摂取基準(mg/日、( )は食塩相当量[g/日])<sup>1)</sup>〉

性別	男性			女性		
	推定平均 必要量	目安量	目標量	推定平均 必要量	目安量	目標量
0～5(月)	—	100 (0.3)	—	—	100 (0.3)	—
6～11(月)	—	600 (1.5)	—	—	600 (1.5)	—
1～2(歳)	—	—	(3.0未満)	—	—	(3.0未満)
3～5(歳)	—	—	(3.5未満)	—	—	(3.5未満)
6～7(歳)	—	—	(4.5未満)	—	—	(4.5未満)
8～9(歳)	—	—	(5.0未満)	—	—	(5.0未満)
10～11(歳)	—	—	(6.0未満)	—	—	(6.0未満)
12～14(歳)	—	—	(7.0未満)	—	—	(6.5未満)
15～17(歳)	—	—	(7.5未満)	—	—	(6.5未満)
18～29(歳)	600 (1.5)	—	(7.5未満)	600 (1.5)	—	(6.5未満)
30～49(歳)	600 (1.5)	—	(7.5未満)	600 (1.5)	—	(6.5未満)
50～64(歳)	600 (1.5)	—	(7.5未満)	600 (1.5)	—	(6.5未満)
65～74(歳)	600 (1.5)	—	(7.5未満)	600 (1.5)	—	(6.5未満)
75以上(歳)	600 (1.5)	—	(7.5未満)	600 (1.5)	—	(6.5未満)
妊婦				600 (1.5)	—	(6.5未満)
授乳婦				600 (1.5)	—	(6.5未満)

<sup>1)</sup> 高血圧及び慢性腎臓病(CKD)の重症化予防のための食塩相当量の量は、男女とも6.0 g/日未満とした。

## 令和5年度宮城県食育推進会議（書面審議）の結果

## 1 審議期間

令和6年3月21日から令和6年4月19日まで

## 2 書面審議参加者

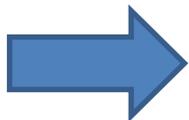
佐々木裕子会長、高橋信壮副会長、武田純子委員、堀内恵理子委員、國分史乃委員、片倉成子委員、高田修委員、鈴木宏明委員、石森さと子委員、佐藤律子委員、國久暁委員、木村祐二委員、赤石薫子委員、中元哲也委員、岡野定玲子委員

## 3 審議結果

賛成14名 反対1名

## 【反対理由】※主要部分抜粋

- ・県民それぞれ生活形態が違う中において、自己管理の意識を高め続けさせていただく事を理念とし、塩分が身体に与える影響と関係性の理解度を高めることが先かと思いました。
- ・塩分の過不足に対する両輪の“バランスの大切さ”を導き、健康的な身体を自らキープする為の教育を重視し進め、その継続に結果がついてくるのではと思いました。
- ・数字の変化に、県民が和食文化の良さを見失わない様に伝える努力を続けたいものです。



[令和6年度宮城県食育推進会議において継続審議](#)