

宮崎県の主な取組(R6・R7)

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値	直近値	目標値 (R17)
全体目標	健康寿命(日常生活に制限のない期間)の平均の延伸	男性	73.3年 (R1)	72.29年 (R4)	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
		女性	76.71年 (R1)	76.13年 (R4)	

【R6年度の取組実績】

<①健康長寿社会づくり推進会議> R6年12月25日開催

※健康長寿推進企業等知事表彰と同時実施

- ・事例発表(松浦組株式会社)
- ・健康長寿社会づくりプロジェクトの推進
- ・構成団体の取組



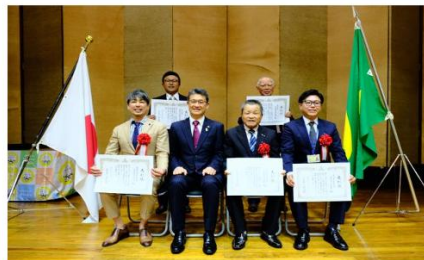
<②健康長寿推進企業等知事表彰>

R6年度 最優秀健康長寿推進賞 1社(松浦組株式会社)

優秀健康長寿推進賞 2社

奨励賞 2社

※取組事例集の作成・配布



<③普及月間での啓発>

- ・9月健康増進普及月間
- ・2月全国生活習慣病予防月間



<④健康づくり普及啓発>

- ・令和6年度ポスター作成
- ・インフォグラフィック動画作成
- ・インフルエンサーを活用したSNSでの情報発信
- ・説明パネル作成
- ・バックパネル、のぼり旗作成

<⑤Karada Good Miyazaki フェスタ 2024>
令和6年11月3日開催<⑥「食」×「運動」健康フェスティバル>
令和7年2月22日開催

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

- ①健康長寿社会づくり推進会議 (12月実施予定)
- ②健康長寿推進企業等知事表彰(12月実施予定)
- ③普及月間での啓発(9月健康増進普及月間、2月生活習慣病予防月間)
- ④健康寿命普及啓発
 - ・令和7年度ポスター作成
- ⑤イベントでの啓発
 - ・Karada Good Miyazaki フェスタ2025(令和7年11月2日実施予定)

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)	
1 栄養・ 食生活	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の 日がほぼ毎日の者の割合		60.8%	60.1% (R6)	70%	
	野菜摂取量の平均値		236g	—	350g	
	食塩摂取量の平均値	男女合計	10.5g	—	7g	

【R6年度の実績】

＜①若い世代の健康づくりに関する管理栄養士養成施設との連携事業＞

※詳細は資料3に記載

○簡単にできて1食でも食事バランス（主食・主菜・副菜）が取れるレシピの普及



＜②働く世代の健康づくりにおける民間産業と連携した食環境整備事業＞

※詳細は資料3に記載

○コンビニエンスストアで主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の啓発

＜③みんなの「適塩」応援事業＞ ※詳細は資料3に掲載

○適塩普及啓発事業

県保健所、協力事業所等における 適塩の啓発

○こっそり適塩プロジェクト

弁当・惣菜事業者において、塩分を減らした弁当・惣菜等を塩分を減らしていることを表に訴求せずに販売。(1事業者)



＜④みんなの「ベジ活」「健康な食事」応援事業＞

○野菜の日普及啓発

展示やSNSでの情報発信

※その他は、「13自然に健康になれる環境づくり」に記載



＜⑤食品表示制度推進強化事業＞

○食品栄養成分表示チラシ作成 3,000部



【R7年度の実績】(予定を含む) ※新たな取組には下線

①若い世代の健康づくりに関する管理栄養士養成施設との連携事業

・簡単にできて1食でもバランス(主食・主菜・副菜)が取れるレシピについて、SNS動画により普及

②働く世代の健康づくりにおける民間産業と連携した食環境整備事業

・コンビニエンスストアで主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の啓発(9月)

③みんなの「適塩」応援事業

・適塩普及啓発事業 ・こっそり適塩プロジェクト

④みんなの「ベジ活」「健康な食事」応援事業

・野菜の日普及啓発

⑤食品表示適正化事業

・栄養成分表示PRのためのスイングPOPの作成・展開

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)
動2・身 運体 動活	一日の歩数の平均値(20～64歳)	男性	6,240歩	—	8,000歩
		女性	5,410歩	—	8,000歩

【R6年度の取組実績】



(スポーツ振興課)



<ひなたの運動促進応援事業>

- ・県内で開催される既存イベントにて運動に関する体験型ブースを出店：5カ所(宮崎市、延岡市、串間市)
- ・運動スポット情報冊子(電子データ)を制作。公共交通機関を活用して周知。

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

<ひなたの運動促進応援事業>

- ・県内で開催される既存イベントにて運動に関する体験型ブースを出店：5カ所(宮崎市等)
 - ・運動スポット情報の発信
- 令和6年度までに制作した運動スポット情報冊子を既存の情報誌や電子媒体で広報予定。
世代を問わず、いつでもどこでも食と運動による健康づくりの情報に触れ、活用できる環境づくりを行う。
令和7年度は、運動スポット情報冊子活用のための動画を作成・展開予定。

(スポーツ振興課)

- ・みんながスポーツ1130県民運動
- ・ウォーキングスマートアプリSALKO

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)
3 休養・ 睡眠	睡眠で休養がとれている者の割合(20歳～59歳)		74.5%	—	79%
	睡眠で休養がとれている者の割合(60歳以上)		82.7%	—	90%

【R6年度の取組実績】



<①啓発ポスター作成>

健康長寿社会づくり推進会議賛同団体や商業施設等(202ヶ所)へ送付

<②パネル作成>

イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や2月生活習慣病予防月間で展示

<③リーフレットによる普及啓発>

働く世代向け、シニア向けのリーフレットに、睡眠に関する内容を掲載。

- ・保健所や市町村で活用
- ・イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や2月生活習慣病予防月間展示ブースで配布。

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

○パネル展示及びリーフレット配布による普及啓発

- ・健康増進普及月間(9月)、生活習慣病予防月間(2月)、Karada Good Miyazakiフェスタ2025(11月)

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値	直近値	目標値 (R17)
4 飲酒	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	男性	20.1% (R4)	—	16%
		女性	12.5% (R4)	—	5.2%
	妊婦の飲酒率		0.6% (R3)	0.5% (R5)	0%

【R6年度の取組実績】



<①啓発ポスター作成>

健康長寿社会づくり推進会議賛同団体や商業施設等(202ヶ所)へ送付



<②パネル作成>

イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や2月生活習慣病予防月間で展示



<③リーフレットによる普及啓発>

女性の健康に関するリーフレットに、妊婦の飲酒に関する内容を掲載。
・保健所や市町村で活用
・イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や2月生活習慣病予防月間展示ブースで配布。

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

○パネル展示及びリーフレット配布による普及啓発

・健康増進普及月間(9月)、生活習慣病予防月間(2月)、Karada Good Miyazakiフェスタ2025(11月)

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値	直近値	目標値 (R17)
5 喫煙	喫煙率	男性	24% (R4)	—	20%
		女性	3.7% (R4)	—	2.7%
	妊婦の喫煙率		1.6% (R3)	1.8% (R5)	0%

【R6年度の取組実績】

○作成した啓発チラシ等

<①受動喫煙対策促進事業>

・世界禁煙デー(5月)、禁煙週間(6月)啓発
・啓発グッズ・チラシの作成、Karada Good Miyazakiフェスタ等イベントでの配布
チラシ10,000枚、ボールペン、ウェットティッシュ 各1,000個作成



<②リーフレットによる普及啓発>

女性の健康に関するリーフレットに、妊婦の喫煙に関する内容を掲載。
・保健所や市町村で活用
・イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や2月生活習慣病予防月間展示ブースで配布。

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

・世界禁煙デー(5月)、禁煙週間(6月)での啓発

・啓発グッズ・チラシの作成、イベント等での配布
Karada Good Miyazakiフェスタ2025(11月)、生活習慣病予防月間(2月)



「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目		策定時値	直近値	目標値 (R17)	
6 歯・ 口腔 の 健康	定期的に歯科健診に行っている者の割合 (過去1年間に歯科健診を受診した者の割合)	51.1% (R4)	—	65%	
	50歳以上における咀嚼良好者の割合(50～74歳) (よく噛んで食べることができる者の割合)	77.5% (R3)	78.6% (R4)	85%	

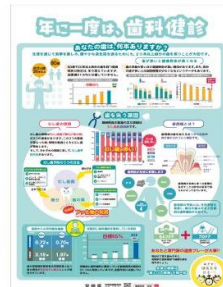
【R6年度の実績】



- ①歯と口の健康週間(6月4日～6月10日)
 ○よい歯のコンクール表彰
 ○歯と口の健康づくりに関する啓発パネル等の
 展示(防災庁舎1階エントランス)



- ②歯科疾患予防対策
 ・クリアファイル11,000作成、配布／対象:県内小学新一年生
 ・若い世代の歯と口の健康づくりサポート
 対象:高校、大学、事業所等／実施回数:9回 613名



- ③いい歯の日(11月8日)キャンペーンイベント
 ○いい歯の日プレゼントキャンペーン(11月～12月)
 ・歯科医療機関を受診しキャンペーンに応募した方の中から抽選で20名に電動歯ブラシ、50名様にQUOカードPay1,000円分をプレゼント
 ○いい歯の日キャンペーンイベント
 イオンモール宮崎・イオン延岡:令和6年11月3日(日)
 <内容>
 ・歯と口の健康グッズ(歯ブラシ、デンタルフロス、キシリトールガム等) 1,000個
 ・クイズラリー、フォトブースの設置(イオンモール宮崎のみ)

【R7年度の実績内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

- ①歯と口の健康週間(6月4日～6月10日)
 ○よい歯のコンクール表彰
 ○歯と口の健康づくりに関する啓発パネル等

- ②歯科疾患予防対策
 ・クリアファイル11,000作成、配布
 対象:県内小学新一年生
 ・若い世代の歯と口の健康づくりサポート

- ③いい歯の日(11月8日)キャンペーンイベント
 ・いい歯の日キャンペーンイベント
 令和7年11月8日(土) 10:00～16:00 イオンモール都城駅前
 (イオン宮崎・イオン都城・イオン延岡はサンプリングのみ)
 <内容>
 歯と口の健康グッズ(歯ブラシ、デンタルフロス等)の配布、
 クイズラリー、こんぶちゃんとの撮影会
 ・いい歯の日プレゼントキャンペーン(11月～12月)
 歯科医療機関を受診しキャンペーンに応募した方の中から
 抽選で20名に電動歯ブラシ、50名様にQUOカードPay1,000円分を



「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R11)	
7 がん	がん検診受診者の割合	胃がん(男性)	56.5%	—	60%	
		胃がん(女性)	42.3%	—		
		肺がん(男性)	54.5%	—		
		肺がん(女性)	48.0%	—		
		大腸がん(男性)	49.0%	—		
		大腸がん(女性)	40.4%	—		
		子宮がん(女性)	42.7%	—		
		乳がん(女性)	46.2%	—		

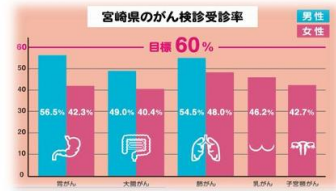
【R6年度の取組実績】



＜①がん検診啓発ポスター＞
1,000部作成
(市町村、保健所、関係機関等へ配布)



＜②がん検診啓発動画＞
インフォグラフィック動画作成
動画を基にした説明パネル作成



＜③乳がん早期発見強化月間
(ピンクリボン月間)＞
・県庁本館ライトアップ 10/1～10/7
・ピンクリボングッズの紹介を通じた
普及・啓発

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

- ①がん検診啓発ポスターの作成
- ②がん検診啓発動画の作成
- ③乳がん早期発見強化月間(ピンクリボン月間)
・県庁本館ライトアップ 10/17～10/23

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値	直近値	目標値 (R17)	
8 循環 器 病	高血圧有病者の割合(40～74歳)	男性	50.4% (R4)	—	49.4%	
		女性	38.7% (R4)	—	38.1%	
	特定健康診査の実施率		51.5% (R3)	54.7% (R5)	70%	
	特定保健指導の実施率		26.5% (R3)	30.8% (R5)	45%	

【R6年度の取組実績】



＜①県民公開講座＞
参加者154名



＜③世界脳卒中デー＞
＜④脈の日＞



＜②ハートの日＞

(国民健康保険課)

・特定健診等受診率向上のための
啓発動画を作成し、YouTube等の
SNSで配信



・啓発グッズ(アルコールウェットティッシュ)
を作成し、県内保険者を通じて
県民に配布(21,000個)



・特定保健指導従事者に向けた研修会を開催
(初任者研修:36名、従事者研修:121名)

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

- ①県民公開講座の実施 (10月5日:参加者233名)
- ②ハートの日普及啓発
- ③世界脳卒中デー普及啓発
- ④脈の日普及啓発

(国民健康保険課)

- ・特定健診等受診率向上のための啓発動画をYouTube等のSNSで広告配信
- ・啓発グッズ(アルコールウェットティッシュ)を作成し、県内保険者を通じて県民に配布(19,000個)するとともに、啓発チラシと合わせて県内イオン各店で配布(延岡:500個、都城:500個、宮崎:1,000個)
- ・特定保健指導従事者に向けた研修会を開催(初任者研修:29名、従事者研修:11月実施予定)

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目		策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)	
9 糖 尿 病	治療継続者の割合	70.3%	—	75%	
	HbA1c8.0%以上の者の割合(40～74歳)	1.3%	—	1%	

【R6年度の取組実績】



<①世界糖尿病デー>



<②CKD県民公開講座>
参加者163名(会場100名、Web63名)



<③世界腎臓病デー>

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

- ①世界糖尿病デー普及啓発
- ②CKD県民公開講座
- ③世界腎臓病デー普及啓発

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目		策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)	
1 0 C O P D	COPD死亡率(人口10万人当たり)	18.3	17.6 (R6)	11	

【R6年度の取組実績】



<①パネル作成>



<②インフォグラフィック動画作成>

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

- 啓発チラシの作成
- パネル展示及びリーフレット配布による普及啓発
 - ・健康増進普及月間(9月)、生活習慣病予防月間(2月)、Karada Good Miyazakiフェスタ2025(11月)

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目		策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)	
1 維持・生活機能向上の	足腰に痛みのある高齢者数(人口千人当たり) (65歳以上)	264人	—	237人	
	骨粗鬆症健診受診率	6.9%	6.6% (R6)	13%	

【R6年度の実績】



＜①ロコモ予防運動推進事業＞

養成講座 計2回(えびの市、綾町) 合計37名受講
普及講座 計5回(えびの市、綾町)
合計66名受講

＜②リーフレットによる普及啓発＞

女性の健康に関するリーフレットの中に、骨粗鬆症健診に関する内容を掲載。
・保健所や市町村で活用
・イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や2月生活習慣病予防月間展示ブースで配布。

【R7年度の実績】(予定を含む) ※新たな取組には下線

＜①ロコモ予防運動推進事業＞

養成講座 計2回(国富町、高鍋町、新富町、西米良村、川南町での合同開催) 普及講座 計5回 開催予定

＜②リーフレットによる普及啓発＞

女性の健康に関するリーフレットの中に、骨粗鬆症健診に関する内容を掲載。

- ・保健所や市町村で活用
- ・健康増進普及月間(9月)、Karada Good Miyazakiフェスタ2025(11月)、生活習慣病予防月間(2月)等、各イベント等での配布

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目		策定時値 (R1)	直近値	目標値 (R17)	
1 2 の社会との健康の維持が及びり向上	過去5年間程度で、まちづくりや助け合いなどの活動(地域社会づくり)をした者の割合	58.9%	43.7% (R7)	63.9%	

【R6年度の実績】

(福祉保健課)

- ・みやざき地域見守り応援隊 協定締結事業者数27
- ・民生委員・児童委員担い手確保対策事業 補助市町村:門川町

【R7年度の実績】(予定を含む) ※新たな取組には下線

(福祉保健課)

- ・みやざき地域見守り応援隊
- ・民生委員・児童委員担い手確保対策事業

★健康無関心層を含む幅広い対象への対策

「健康みやざき行動計画21（第3次）」主な目標項目		策定時値 (R5)	直近値	目標値 (R17)	
★13 自然に健康になれる環境づくり	宮崎県ベジ活応援店の店舗数	164	187 (R6)	250	
	県民参加型のウォーキング等を伴うイベント実施数(市町村・事業所等実施)	88	—	110	
【R6年度の実績】					
＜①みんなの「ベジ活」「健康な食事」応援事業＞			＜②各県対抗ウォーキングイベント＞ (九州・山口県健康寿命延伸対策プロジェクト)		
		○ベジ活応援店利用促進 ベジ活スタンプラリーの実施(1～2月) ○インフルエンサーによるベジ活応援店のSNS紹介 ○ベジ活応援店を対象としたスマートミール認証		 11月の1ヶ月間で実施 参加者1,109名 1日1人あたりの平均歩数 8,362歩	
【R7年度の実績内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線					
①みんなの「ベジ活」「健康な食事」応援事業 ・ベジ活キャンペーン(9～10月) ・インフルエンサーによるベジ活応援店のSNS紹介(県公式YouTubeチャンネル、健康増進課公式Instagram) ・ベジ活応援店を対象としたスマートミール認証のための支援(11月末まで支援申込み受付)					
「健康みやざき行動計画21（第3次）」主な目標項目		策定時値	直近値	目標値 (R17)	
★14 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	県内でスマート・ライフ・プロジェクトへ参画し活動している企業・団体数	46 (R5)	57 (R6)	90	
	健康経営優良法人認定数(中小規模法人部門)	85 (R4)	115 (R6)	135	
	管理栄養士・栄養士を配置している施設の割合(病院、介護老人保健施設、介護医療院を除く)	71.0% (R4)	80.1% (R6)	75.0%	
【R6年度の実績】					
＜①健康増進普及月間・食生活改善普及運動＞ スマートライフプロジェクトと連動した月間の取組の推進 スマートライフプロジェクトの啓発ポスターを、健康みやざき行動計画21の推進団体や商工団体等(356カ所)へ送付し、普及啓発を実施。				＜②宮崎県と協会けんぽ宮崎支部の健康宣言サポート事業＞ ・2事業所のサポート支援 ・健康経営リーフレット10,000部配布 	
＜③給食施設指導＞ 保健所による給食施設への栄養管理の指導(延べ756件)					
【R7年度の実績内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線					
①健康増進普及月間・食生活改善普及運動 スマートライフプロジェクトと連動した月間の取組の推進 ②宮崎県と協会けんぽ宮崎支部の健康宣言サポート事業 ③給食施設指導 保健所による給食施設への栄養管理の指導 ④セミナー等による健康経営の普及啓発					

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値 (R4)	直近値	目標値	
15歳未満	肥満傾向にある児童の割合 (小学5年生)	男性	15.86%	18.09% (R6)	全国平均以下 (R17)	
		女性	12.37%	10.27% (R6)		
	1週間の総運動時間(体育授業を除く)が60分未満の児童の割合(小学5年生)	男性	9.6%	8.8% (R6)	4.8% (R10)	
		女性	14.1%	14.2% (R6)	7.1% (R10)	

【R6年度の取組実績】

＜①リーフレットによる普及啓発＞

「健康みやざき行動計画21普及啓発リーフレット～子どもたちの健康のために～」に、体格や運動に関する内容を記載。

・保健所や市町村で活用

・イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や2月生活習慣病予防月間展示ブースで配布。



(スポーツ振興課)

県内全小学校でスクールスポーツプランを作成し、児童の体力づくりを推進している。また、体力向上に関する優れた取組等を実施した体力づくり優良校を表彰するとともに、その実践を発表する場を設け、優れた取組を各学校に周知している。

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)	
高齢者	低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合(65歳以上)		17.3%	—	13%	

【R6年度の取組実績】







＜①健康みやざき行動計画21普及啓発リーフレット＞
シニア世代のあなたへ
5,000部作成(市町村、保健所等へ配布)

＜②栄養と口腔からはじめるフレイル予防リーフレット＞
7,000部作成(市町村等へ配布)

＜③配食事業者向けリーフレット＞
200部作成(保健所へ配布)

＜④高齢者のフレイル対策事業＞
県保健所で関係者向け研修会の開催 7回、280名
(フレイル予防のための食生活について、オーラルフレイルについて等)

【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線

①リーフレット配布による普及啓発
イベント(Karada Good Miyazakiフェスタ2025)での配布や、普及月間(9月健康増進普及月間、2月生活習慣病予防月間)の展示ブースに設置。

②栄養と口腔からはじめるフレイル予防リーフレットの作成・配布

③高齢者のフレイル対策事業
県保健所で関係者向け研修会の開催

「健康みやざき行動計画21(第3次)」主な目標項目			策定時値 (R4)	直近値	目標値 (R17)	
17 女性	やせの者(BMI18.5未満)の割合(20～30歳代)	女性	13.7%	—	13%	
【R6年度の取組実績】 <①リーフレットによる普及啓発> 女性の健康に関するリーフレットの中に、 女性のやせに関する内容を掲載。 ・保健所や市町村で活用 ・イベント(2月「食」×「運動」健康フェスティバル)や 2月生活習慣病予防月間展示ブースで配布。 						
【R7年度の取組内容】(予定を含む) ※新たな取組には下線 ①リーフレット配布による普及啓発 ・女性の健康週間展示(3月)、Karada Good Miyazakiフェスタ2025(11月)						