

令和6年1月24日

郡市区等医師会長 殿

大阪府医師会長
高井康之
(公印省略)

「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」について

平素は本会事業に格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、このたび、日本医師会から標記について通知がありました。本通知は、「健康づくりのための身体活動基準2013」策定から10年が経過し、身体活動・運動分野に関する新たな科学的知見が蓄積されたこと、また、令和6年度から開始となる健康日本21（第三次）では、さらなる身体活動・運動分野の取組の強化が必要であることを踏まえ、標記ガイドが取りまとめられ、厚生労働省健康局長より情報提供があった旨の連絡です。

本ガイドにおいては、対象者別（成人、子ども、高齢者）の身体活動・運動に関する推奨事項及び参考情報がまとめられ、今後、健康日本21（第三次）の推進にあたり、本ガイドを積極的に活用することを求めています。

つきましては、貴会におかれましても、本件についてご了知賜りますとともに、貴会会員へご周知くださいますようお願い申し上げます。

厚生労働省ホームページからダウンロード可能です

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/undou/index.html



<担当> 大阪府医師会地域医療2課(西井・松下)
〒543-8935 大阪市天王寺区上本町2-1-22
TEL: 06-6763-7002 FAX: 06-6765-3737