

○ 用語の解説

か行

健康寿命

2000年にWHO(世界保健機構)が提唱した概念で、単なる寿命ではなく、介護を受けずに健康的に日常を送ることができる生存期間のこと。

さ行

食育基本法

食をめぐる様々な問題の発生を背景に、国民が生涯にわたっての健全な心身を培い、豊かな人間性を育み、現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とする食育の推進における根拠法。

食品ロス

売れ残りや食べ残し、期限が切れた食品など本来は食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。

生活習慣病

日々の食生活や運動等といった日常の生活習慣によって引き起こされる病気で、かつては成人病とも呼ばれていた。

代表的なものとして、悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患があり、これらを総称して「三大生活習慣病」と呼ばれる。

た行

地産地消

「地域生産－地域消費」を略した言葉で、地域でとれたものを地域で消費すること。これによって、食料自給率の向上や、第1次産業の活性化、食の安心安全といった効果が期待される。

特定健康診査・特定保健指導

特定健康診査とは、メタボリック・シンドロームに着目した40歳から74歳までを対象とする健診のことをいう。特定保健指導とは、特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い場合に、生活習慣の見直しを目的とする、医師や保健師等による保健指導のことをいう。

は 行

ヘルスプロモーション

1986年にWHO（世界保健機構）が提唱した概念で、人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善できるようにする取り組み・過程のこと。個人の取り組みだけでなく、保健衛生に係る行政や関係機関・団体、そして家庭による支援を重視することに特徴がある。

フレイル

加齢とともに、心身の活力（例えば筋力や認知機能等）が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態をいう。

ら 行

ライフスタイル

衣食住はもとより、職業、居住地域の選択等を含む人それぞれの生き方のこと。

ライフステージ

人間の一生における幼年期・少年期・青年期・壮年期・中年期・高齢期等それぞれの段階のこと。