

日本人の食事摂取基準について

<策定の目的>

日本人の食事摂取基準は、健康な個人または集団を対象として、国民の健康の維持・増進、生活習慣病の予防を目的とし、エネルギー及び各栄養素の摂取量の基準を示すもの。

<これまでの策定状況>

昭和 44 年に厚生省（当時）において「日本人の栄養所要量」を策定以降、5 年に 1 度、改定を行っている。また、平成 11 年の第 6 次改定からは「日本人の栄養所要量－食事摂取基準」と名称を改め、現在は「日本人の食事摂取基準」として策定。

（近年の改定等の状況）

○日本人の食事摂取基準（2010 年版）策定検討会報告書の公表

（平成 21 年 5 月 29 日）

※2010 年版については、平成 22～26 年度に使用

○「食事による栄養摂取量の基準」（告示）を策定

（平成 21 年厚生労働省告示第 407 号）

※消費者庁が設置され、健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）に基づく表示制度が消費者庁へ移管されることとなったことに伴い、消費者庁及び消費者委員会設置法の施行に伴う関係法律の整備に関する法律（平成 21 年法律第 49 号）において新設した健康増進法第 30 条の 2 の規定に基づき、食事による栄養摂取量の基準（食事摂取基準）を新たに定め、平成 21 年 9 月 1 日から適用。

なお、この食事摂取基準は、現在使用している 2005 年版の食事摂取基準を踏まえたもの。