

## 日本高血圧学会減塩推進東京宣言 -JSH 減塩東京宣言-

食塩の過剰摂取は、高血圧の発症、重症化はもとより脳卒中、心臓病、腎臓病などの要因となり、健康寿命を脅かします。

日本高血圧学会は、減塩の推進を目的として2005年に減塩ワーキンググループを組織し、2010年に減塩部会、2011年に減塩委員会と改組して活動を強化してきました。本年5月に改訂した高血圧治療ガイドラインでは血圧区分130-139/80-89 mmHgを「高値血圧」として管理対象としたこと、降圧目標をより低値としたことより、非薬物療法、特に6g/日未満を目指した減塩の重要性を改めて強調しました。また厚生労働省による「日本人の食事摂取基準(2020)」は、一般人の食塩摂取の目標量を男性7.5g/日、女性6.5g/日とし、国民レベルでの減塩の推進を提唱しています。

さらに、2018年、「健康寿命の延伸等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法」(脳卒中・循環器病対策基本法)が成立したことから、循環器病の一次・二次予防を目的とした減塩の推進は国を挙げて対策すべき重要な課題に位置づけられると考えます。

このような背景から、日本高血圧学会は、東京で開催される第42回日本高血圧学会総会において「日本高血圧学会減塩推進東京宣言 -JSH 減塩東京宣言-」として、「6gを目指した6つの戦略」を宣言し、実行致します。

日本高血圧学会(JSH)は、「JSH 減塩東京宣言:6gを目指した6つの戦略の実行」を宣言します。

1. 食塩の過剰摂取による弊害と減塩の必要性について啓発に努めます。
2. 個人や集団における食塩摂取量の評価を推奨し、減塩手法の提示を支援します。
3. こどもの食育の一環としての減塩(塩育)の推進に努めます。
4. 外食・中食・給食の減塩化を支援します。
5. 企業に対し、減塩食品の開発、普及を働きかけます。
6. 行政に対し、減塩推進に向けた取り組みを働きかけます。



# 日本高血圧学会減塩推進東京宣言 - JSH減塩東京宣言 -



令和元年 10 月 25 日

特定非営利活動法人 日本高血圧学会

理事長 伊藤 裕

---

第 42 回日本高血圧学会総会会長 石光 俊彦

---

減塩委員会委員長 土橋 卓也

---