

厚生労働科学研究費補助金
循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

最新研究のレビューに基づく
「健康づくりのための身体活動基準2013」及び
「身体活動指針（アクティブガイド）」改定案と
新たな基準及び指針案の作成
(20FA1006)

令和2年度～3年度 総合研究報告書

令和4年（2022）3月

研究代表者 澤田 亨
(早稲田大学 スポーツ科学学術院)