

事 務 連 絡
令和6年2月9日

日本栄養士会 会長 殿

厚生労働省健康・生活衛生局健康課長

「健康づくりのための睡眠ガイド2023」について

日頃より、厚生労働行政の適正な運営に御尽力いただき、厚く御礼を申し上げます。

今般、「健康づくりのための睡眠指針2014」を改訂し、「健康づくりのための睡眠ガイド2023」を取りまとめ、別添のとおり、「「健康づくりのための睡眠ガイド2023」について」（令和6年2月9日付け厚生労働省健康・生活衛生局健康課長事務連絡）を、都道府県、市町村及び特別区衛生主幹部局あてに発出しましたので、御連絡いたします。

つきましては、関係機関、関係団体等への周知について、御配慮・御協力いただくよう、お願い申し上げます。