

目 次

第1章	公衆栄養学の概念	1
1	公衆栄養学の概念.....	1
①	公衆栄養学の意義・目的	1
②	生態系と食料・栄養（公衆栄養学と栄養・環境）	4
③	保健・医療・福祉・介護システムと公衆栄養	8
④	コミュニティと公衆栄養活動	11
2	公衆栄養活動.....	12
①	わが国の公衆栄養活動の歴史	12
②	少子・高齢社会における健康増進	17
③	疾病予防のための公衆栄養活動	18
④	ヘルスプロモーションのための公衆栄養活動	19
⑤	エンパワーメントと公衆栄養活動	21
⑥	住民参加	22
⑦	ソーシャル・キャピタルの醸成と活用	23
⑧	持続可能性（サステナビリティ）を踏まえた公衆栄養活動	24
	演習問題.....	25
第2章	健康・栄養問題の現状と課題	27
1	食事の変化.....	27
①	エネルギー・栄養素摂取量	27
②	食品群別摂取量	34
③	料理・食事パターン	36
2	食生活の変化.....	37
①	食行動	37
②	食知識，食態度，食スキル	39
3	食環境の変化.....	41
①	食品生産・流通	41
②	食情報の提供・フードバランスシート（食料需給表）	45
4	諸外国の健康・栄養問題の現状と課題.....	48
①	先進諸国	49
②	開発途上国	50
③	地域間格差	52
	演習問題.....	54

第3章 栄養政策	55
1 わが国の公衆栄養活動	55
① 健康づくり施策と公衆栄養活動の役割	55
② 公衆栄養活動と組織・人材育成	56
2 公衆栄養関連法規	59
① 地域保健法	59
② 健康増進法	62
③ 食育基本法	63
3 管理栄養士・栄養士制度	64
① 栄養士法	64
② 管理栄養士・栄養士の役割	65
③ 管理栄養士・栄養士制度の沿革	67
④ 管理栄養士・栄養士養成制度	67
4 国民健康・栄養調査	68
① 調査の目的	68
② 調査の沿革	68
③ 調査の内容・方法	69
5 実施に関連する指針、ツール	71
① 食生活指針	71
② 食事バランスガイド	74
6 国の健康増進基本方針と地方計画	76
① 基本方針の策定の目的と内容	76
② 食育推進基本計画策定の目的と内容	81
③ 食育の推進と地方食育推進計画	81
7 諸外国の健康栄養政策	83
① 公衆栄養活動に関する国際的な栄養行政組織	83
② 諸外国の食事摂取基準	87
③ 諸外国のヘルスプロモーション	87
④ 諸外国のフードガイドと食生活指針	88
⑤ 国際的な栄養士連盟	91
⑥ 諸外国の栄養士養成制度	91
演習問題	93

第4章 栄養疫学.....95

1 栄養疫学の概要.....95

- ① 栄養疫学の役割 95
- ② 公衆栄養学活動への応用 96
- ③ 疫学研究の分類 96
- ④ 系統レビューとメタ・アナリシスレビュー 98

2 曝露情報としての食事摂取量.....99

- ① 食物と栄養 99
- ② 食事摂取量の個人内変動と個人間変動 99
- ③ 日常的な食事摂取量 100

3 食事摂取量の測定方法.....101

- ① 24時間食事思い出し法と食事記録法 101
- ② 食物摂取頻度調査法とその妥当性・再現性 102
- ③ 陰膳法 (Duplicate method) 104
- ④ 食事摂取量を反映する身体計測値・生化学的指標 104

4 食事摂取量の評価方法.....107

- ① 食事調査と食事摂取基準 107
- ② 総エネルギー調整栄養素摂取量 115
- ③ データの処理と解析 118

演習問題.....121

第5章 地域診断と公衆栄養マネジメント.....123

1 公衆栄養マネジメント.....123

- ① 公衆栄養マネジメントの考え方・重要性 123
- ② 公衆栄養マネジメントの過程 124

2 公衆栄養アセスメント.....128

- ① 公衆栄養アセスメントの目的と方法 128
- ② 食事摂取基準の地域集団への活用 129
- ③ 地域観察の方法と活用 133
- ④ 質問調査の方法と活用 134
- ⑤ 既存資料の活用の方法と留意点 134
- ⑥ 健康・栄養情報の収集と管理 135

3 公衆栄養プログラムの目標設定.....137

- ① 公衆栄養アセスメント結果からの状況把握 137
- ② 改善課題の抽出 138
- ③ 課題設定の目的と相互の関連 138

④ 改善課題に基づく改善目標の設定	138
⑤ 目標設定の優先順位	139
4 公衆栄養プログラムの計画, 実施, 評価	140
① 地域社会資源の把握と管理アセスメント	140
② 運営面・政策面のアセスメント	140
③ 計画策定	142
④ 住民参加	142
⑤ プログラムに関連する関係者・機関の役割	142
⑥ 評価の意義と方法	144
演習問題	148
第6章 公衆栄養プログラムの展開	149
1 地域特性に対応したプログラムの展開	149
① 健康づくり	149
2 食環境づくりのためのプログラムの展開	155
① 健康づくりと食環境	156
② 食環境の取り組みとプログラム	157
③ 特別用途食品, 特定保健用食品, 栄養機能食品の活用, 機能性表示食品の活用	159
④ 日本人の長寿を支える「健康な食事」	164
3 地域集団の特性別プログラムの展開	166
① ライフステージ別教育的アプローチ: 妊娠期・授乳期, 新生児期・乳児期, 成長期, 成人期, 高齢期	166
② 生活習慣病ハイリスク集団	172
演習問題	180
関連法規	181
付 表	197
国家試験ガイドライン	216
索 引	219