

第1章 公衆栄養の概念

1	公衆栄養の概念	2
1	公衆栄養の意義と目的	2
	(1) 公衆栄養とは (2) 公衆栄養の対象者	
2	生態系と食料・栄養	3
3	保健, 医療, 福祉・介護システムと公衆栄養	4
4	コミュニティと公衆栄養活動	5
2	公衆栄養活動の基本と展開過程	6
1	公衆栄養活動の歴史	6
2	公衆栄養活動の目的	7
	(1) 生態系保全のための公衆栄養活動 (2) 少子・高齢社会における健康増進のための公衆栄養活動 (3) 疾病予防のための公衆栄養活動	
3	ヘルスプロモーション	10
4	公衆栄養活動の進め方	11
	(1) エンパワメントと公衆栄養活動 (2) 住民参加による公衆栄養活動 (3) ソーシャル・キャピタルの醸成と活用 (4) 持続可能性を踏まえた公衆栄養活動 (5) 多職種連携・多機関連携	

第2章 健康・栄養問題の現状と課題

1	食事の変化	16
1	エネルギー・栄養素摂取量	16
	(1) エネルギー (2) たんぱく質 (3) 脂質 (4) カルシウム (5) 食塩	
2	食品群別摂取量	19
3	料理・食事パターン	20
2	食生活の変化	21
1	食行動, 食知識, 食態度, 食スキル	21
	(1) 食行動 (2) 食知識 (3) 食態度・食スキル	
2	健康格差	25
3	食環境の変化	26
1	フードシステム	26
2	食情報の提供	27
3	フードバランスシート (食料需給表)	27
4	食料自給率	28
4	諸外国の健康・栄養問題の現状と課題	30
1	先進諸国の健康・栄養問題	30
	(1) 生活習慣病の現状	

2 開発途上国の健康・栄養問題と地域間格差 31

(1) 栄養転換と栄養の二重負荷 (2) 栄養素の欠乏症 (3) 地域間格差

第3章 栄養政策

1 わが国の公衆栄養政策と活動 38

1 健康づくり施策と公衆栄養活動の役割 38

(1) 健康づくり施策 (2) 公衆栄養活動の役割

2 公衆栄養活動と組織・人材育成 39

3 食料安全保障 41

(1) 世界の栄養不足人口 (2) 日本の施策

2 公衆栄養関連法規 43

1 地域保健法 43

(1) 地域保健対策の推進に関する基本指針 (2) 医療圏

2 健康増進法 45

3 食育基本法 47

3 管理栄養士・栄養士制度と職業倫理 49

1 栄養士法 49

2 管理栄養士・栄養士の社会的役割 50

3 管理栄養士・栄養士制度の沿革 50

4 管理栄養士・栄養士養成制度 50

5 職業倫理 51

4 国の健康増進基本方針と地方計画 52

1 国の基本方針策定の目的・内容 52

(1) 健康日本21（第三次）

2 基本方針の推進と地方健康増進計画 55

3 食育推進基本計画策定の目的・内容 56

4 食育の推進と地方食育推進計画 57

5 国民健康・栄養調査 59

1 調査の沿革・目的 59

2 調査の内容・方法 59

6 実施に関連する指針，ツール 60

1 食生活指針 60

(1) 妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針

2 食事バランスガイド 62

7 諸外国の健康・栄養政策 63

- 1 公衆栄養活動に関係する国際的な行政組織と活動 63
- 2 公衆栄養関連計画 64
- 3 食事摂取基準 65
- 4 食生活指針，フードガイド 65
- 5 栄養士養成制度 65

第4章 栄養疫学

- 1 栄養疫学の概要 68
 - 1 栄養疫学の役割 68
 - 2 公衆栄養活動への応用 68
- 2 曝露情報としての食事摂取量 69
 - 1 食物と栄養素 69
 - 2 食事摂取量の変動と測定誤差 69
 - 3 日常的な食事摂取量 70
- 3 食事摂取量の測定方法 71
 - 1 食事記録法（秤量法と目安量法） 71
 - 2 24 時間食事思い出し法 73
 - 3 食物摂取頻度調査法（FFQ）とその妥当性・再現性 73
 - （1）食物摂取頻度調査法の方法 （2）食物摂取頻度調査法の妥当性と再現性
 - 4 食事摂取量を反映する身体計測値・生化学的指標 74
 - （1）身長計測値 （2）生化学的指標
- 4 食事摂取量の評価方法 76
 - 1 総エネルギー調整栄養素摂取量 76
 - （1）密度法 （2）残差法
 - 2 データの処理と解析 77

第5章 地域診断と公衆栄養マネジメント

- 1 公衆栄養マネジメント 80
 - 1 地域診断の意義と目的 80
 - 2 公衆栄養マネジメントの考え方・重要性 80
 - 3 公衆栄養マネジメントの過程 80
- 2 公衆栄養アセスメント 82
 - 1 公衆栄養アセスメントの目的と方法 82
 - 2 地域診断の方法 83

	(1) 地域診断の計画 (2) 情報収集 (3) 地域アセスメント (4) 課題の整理と特定 (5) 目標の設定と計画の策定	
3	食事摂取基準の地域集団への活用 84	
	(1) 活用の基本的な考え方 (2) 食事摂取状況のアセスメント方法 (集団)	
4	量的調査と質的調査の意義 86	
	(1) 量的調査 (2) 質的調査	
5	観察法と活用 87	
	(1) 非参与的単純観察法 (2) 参与観察法 (2) 統制的 (組織的) 観察法	
6	質問調査の方法と活用 88	
	(1) 質問紙法 (2) インタビュー法	
7	既存資料活用の方法と留意点 89	
	(1) 国民健康・栄養調査 (2) 食料需給表 (食料バランスシート) (3) 生命表 (4) 人口動態統計 (5) 疾病統計	
3	公衆栄養プログラムの目標設定 95	
1	公衆栄養アセスメント結果からの状況把握 95	
2	改善課題の抽出 96	
3	課題設定の目的と相互の関連 96	
4	改善課題に基づく改善目標の設定 97	
5	目標設定の優先順位 97	
4	公衆栄養プログラムの計画、実施、評価 98	
1	地域社会資源の把握と管理 98	
2	運営面・政策面のアセスメント 98	
	(1) 運営面のアセスメント (2) 政策面のアセスメント	
3	計画策定 100	
	(1) 公衆栄養プログラムの目標設定と計画	
4	住民参加の方法 101	
5	プログラムに関連する関係者・機関の役割 102	
	(1) 関連職種・組織の役割 (2) 住民・民間組織の役割	
6	評価の意義と方法 103	
7	評価の実際 104	
	(1) PDCA 中の評価 (2) PDCA 後の評価	
8	評価のフィードバック 105	
5	プリシード・プロシードモデルを用いた公衆栄養プログラム 106	
1	プリシード・プロシードモデルの概要 106	
2	プリシード部分について 107	
	(1) 社会アセスメント【第1段階】 (2) 疫学アセスメント【第2段階】 (3) 教育/エコロジカルアセスメント【第3段階】 (4) 運営・政策アセスメントと介入調整【第4段階】	
3	プロシード部分について 109	
	(1) 実施【第5段階】 (2) プロセス (過程) 評価【第6段階】 (3) 影響評価【第7段階】 (4) 成果評価【第8段階】	

第6章 公衆栄養プログラムの展開

1	地域特性に対応したプログラムの展開	112
1	健康づくり 112	
	(1) 標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）	
	(2) 「スマート・ライフ・プロジェクト（Smart Life Project）」	
2	食育 113	
3	介護予防・在宅療養・介護支援 114	
	(1) 介護給付および予防給付におけるサービスの利用者 (2) サービス利用のしくみ	
	(3) 介護報酬（栄養関連の加算など） (4) 地域支援事業	
4	地域包括ケアシステムの構築 118	
5	健康・食生活の危機管理と食支援 119	
	(1) 地域住民への食支援 (2) 給食施設の食支援	
	(3) 「日本栄養士会災害支援チーム（JDA-DAT）」創設	
	(4) 行政栄養士業務指針における健康危機管理への対応	
2	食環境整備のためのプログラムの展開	124
1	食物・食情報へのアクセスと食環境整備 124	
	(1) 健康日本21（第三次）における食環境づくり	
2	栄養成分の表示の活用 126	
	(1) 栄養強調表示の基準	
3	特別用途食品の活用 127	
	(1) 特別用途食品許可制（健康増進法第26条）	
	(2) 特定保健用食品（トクホ）許可制（健康増進法第26条）	
	(3) 栄養機能食品（規格基準に適合すれば許可申請や届出などは不要）	
	(4) 機能性表示食品	
4	「健康な食事」の普及啓発 130	
3	地域集団の特性別プログラムの展開	131
1	ライフステージ別の展開 131	
	(1) 妊娠期・授乳期、新生児期・乳児期 (2) 成長期 (3) 成人期 (4) 高齢期	
2	生活習慣病ハイリスク集団 144	
	(1) 生活習慣病対策の推進 (2) 生活習慣病対策のプログラム	

巻末資料	151
章末問題解答	209
索引	210

イラスト：梅本 昇
表紙デザイン：Othello