

contents

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) エンパワー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	国的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娠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	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	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	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	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	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 觀察法と活用	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