

# 目 次

<b>I . 研究組織</b> -----	1
<b>II . 総括研究報告書</b>	
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 の作成に向けた中間報告 -----	4
<b>III . 分担研究報告書</b>	
アクティブガイドの認知度調査結果（原田和弘）-----	21
身体活動と疾病リスクに関する量反応関係に主眼を置いた文献レビュー （丸藤 祐子）-----	24
高齢者の運動量の基準に関するレビュー及び身体活動を促進する社会環境 整備のための検討（井上 茂）-----	40
日本の成人における座位行動の実態および諸外国における座位行動指針 の策定動向（岡 浩一朗）-----	92
日本の子ども・青少年における身体活動・座位行動の実態および 諸外国における子ども・青少年に対する身体活動・座位行動指針の 策定動向（岡 浩一朗）-----	102
有疾患者が安全に運動を行うためには：有疾患分担班総論（小熊 祐子）-----	110
高血圧患者における健康づくりのための身体活動（佐藤 真治）-----	147
糖尿病患者における健康づくりのための身体活動（田村 好史）-----	152
脂質異常症患者における健康づくりのための身体活動（宮下 政司）-----	155
変形性関節症患者における健康づくりのための身体活動（田島 敬之）-----	158
働く人のための身体活動基準に関するナラティブレビュー（中田 由夫）-----	164
身体活動及び運動習慣獲得のために必要な介入方法のレビュー（中田 由夫）--	178
妊娠期における身体活動に関する日本のガイドラインのレビュー （松下 宗洋）-----	181
身体活動とメンタルヘルスに関するレビュー（武田 典子）-----	187
Review of physical activity and sleep quality（Robert Sloan）-----	190
全身持久力以外の体力と健康に関するレビュー（門間 陽樹）-----	196
身体活動と健康に関するメカニズム研究レビュー（宮地 元彦）-----	201
健康増進施設認定基準に関する意見収集：健康運動指導士（佐藤 真治）-----	204
健康増進施設認定基準に関する意見収集：日本医師会認定 健康スポーツ医（小熊 祐子）-----	211
健康増進施設認定基準に関する意見収集：運動型健康増進施設・温泉型 健康増進施設・医療法 42 条施設（澤田 亨）-----	253
健康増進施設認定基準の見直しに関する提案（澤田 亨）-----	275

IV. 研究成果の刊行に関する一覧 ----- 370

V. 倫理審査状況等報告書 ----- 373