

## 目 次

I. 総括研究報告	
「健康な食事」の基準の再評価と基準に沿った食事の調理・選択に応じた 活用支援ガイドの開発	----- 1
林 芙美（女子栄養大学）	
II. 分担研究報告	
1. 線形計画法を用いた基準の検討	----- 11
横山 徹爾（国立保健医療科学院）	
2. 「健康な食事」の基準と健康アウトカムとの関連～食物摂取頻度調査票 を用いた「健康な食事」の曝露評価とその妥当性の検討～	----- 19
石原 淳子（麻布大学）	
3. 「健康な食事」の基準の再評価と健康アウトカムおよびフレイルとの関連	--- 29
新開 省二（女子栄養大学）	
4. 調理頻度別にみた単身者の食事づくりに関連する要因の検討：フォーカス・ グループインタビューによる質的分析	----- 33
林 芙美（女子栄養大学）	
5. 外食・中食における「健康な食事（通称：スマートミール）」の食品・ 料理レベルの特徴	----- 53
赤松 利恵（お茶の水女子大学）	
6. 健康な食事（通称：スマートミール）の塩分濃度・野菜量を中心とした、 メニューレベルおよび料理レベルの特性分析	----- 61
柳沢 幸江（和洋女子大学）	
7. 持続可能な食事の視点での「健康な食事」の再検討	----- 74
三石 誠司（宮城大学）	
III. 研究成果の刊行に関する一覧表	----- 78