

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	-----	17
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～	-----	25
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	---	36
新開 省二（女子栄養大学）		
4. コンビニエンスストアの弁当・惣菜等の栄養学的特徴： 「健康な食事」の基準との比較	-----	47
林 芙美（女子栄養大学）		
5. 環境負荷が少ない健康な食事の検討 ―窒素フットプリントを用いた健康な 食事（スマートミール）の食品群別使用量―	-----	70
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）における、1食あたりの食塩相当量 に関連する料理構造の分析	-----	80
柳沢 幸江（和洋女子大学）		
7. 家庭で実践可能な環境に配慮した食事づくりに関する取り組み～国内における 先行研究のナラティブ・レビュー～	-----	93
林 芙美（女子栄養大学）		
8. 環境に配慮した食事づくりの実態	-----	108
林 芙美（女子栄養大学）		
9. 持続可能な食事の視点での「健康な食事」の再検討	-----	128
三石 誠司（宮城大学）		
III. 研究成果の刊行に関する一覧表	-----	135