

目 次

I－1. 総合研究報告	
「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	
林 芙美（女子栄養大学）	----- 1
I－2. 分担総合研究報告	
1. 「健康な食事」の基準の再評価	----- 60
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 ～多目的コホート研究データを用いた検討～	----- 76
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	----- 89
新開 省二（女子栄養大学）	
4. 環境負荷が少ない「健康な食事」の検討 －健康な食事（スマートミール）を用いた検討－	----- 99
赤松 利恵（お茶の水女子大学）	
5. 「健康な食事」の実現に向けた調理行動および料理レベルの分析 ～対象者の調理頻度に応じた具体的な調理方法・レシピの提案～	----- 106
柳沢 幸江（和洋女子大学）	
6. 持続可能な食事の視点での「健康な食事」の再検討	----- 119
三石 誠司（宮城大学）	
II. 研究成果の刊行に関する一覧表	----- 124