

目 次

I. 総括研究報告

地域住民を対象とした生活習慣病予防等健康づくりの推進のための栄養・運動・休養複合型プログラム（対面・オンラインハイブリット型）の開発に向けた基盤研究

和歌山県立医科大学 医学部 山田宏

和歌山県立医科大学 保険看護学部 橋爪洋…… 1

II. 分担研究報告

栄養・運動・休養複合型プログラムの企業におけるパイロット研究

東京大学医学部附属病院 22 世紀医療センター 松平浩

東京大学医学部附属病院 22 世紀医療センター 吉村典子

東京理科大学 篠崎智大 …… 7

地域住民を対象とした生活習慣病予防等健康づくりの推進のための栄養・運動・休養複合型プログラム（対面・オンラインハイブリット型）の改訂 栄養の観点から

国立長寿医療研究センター 大塚礼

国立長寿医療研究センター 木下かほり……10

栄養・運動・休養複合型プログラム評価用アプリケーションの改定

東京大学医学部附属病院 22世紀医療センター 岡敬之 ……14

地域住民を対象とした生活習慣病予防等健康づくりの推進のための栄養・運動・休養複合型プログラム（対面・オンラインハイブリット型）の改訂 休養の観点から

日本医科大学 医学部 陣内裕成 ……17

Ⅲ. 研究成果の刊行に関する一覧 …… 22

Ⅳ. 研究成果の刊行物・別刷 …… 24