

「日本人の食事摂取基準」 活用検討会報告書

平成 22 年 3 月

「日本人の食事摂取基準」活用検討会

目 次

I	はじめに	1
II	食事摂取基準の活用の基本的考え方について	2
	1. 食事摂取基準の基本を理解する	2
	2. 食事摂取基準を活用する場合の基本的考え方を理解する	6
III	食事改善、給食管理を目的とした食事摂取基準の活用の基本的考え方とそのポイントについて	14
	1. 食事改善（個人）を目的とした活用	14
	2. 食事改善（集団）を目的とした活用	18
	3. 給食管理を目的とした活用	23
IV	国レベルにおける食事摂取基準の活用における方向性と課題について	29
	1. 食事摂取基準の改定を踏まえた食事バランスガイドの見直しの必要性について	29
	2. 食事摂取基準の適用に向けた国民健康・栄養調査（栄養摂取状況調査）の課題について	34
V	食事摂取基準の理論を理解し活用するための教育の重要性について	36
VI	おわりに	38