

「日本人の食事摂取基準」  
活用検討会報告書（案）

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における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. 日本人の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	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改善を目的とした食事摂取基準の 活用における方向性と課題について	29
	—調査研究及び教育の基盤整備に向けて—	
	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. 食事摂取基準の適応に向けた国民健康・栄養調査 （栄養摂取状況調査）の課題について	34
	3. 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
V	おわりに	38

