

Contents

第1土曜特集

疾病予防・健康寿命延伸に 資する栄養・食生活とは？

1	はじめに	津金昌一郎
---	------------	-------

総論

4	栄養・食生活と健康寿命延伸	井上真奈美
---	---------------------	-------

疾患発症予防に関わる栄養・食生活

12	不健康な食事に伴う疾病負荷——世界の疾病負荷研究から	野村周平
17	がん	岩崎 基
25	国内コホート研究の知見に基づく循環器疾患予防のための 栄養・食生活	丸山広達・山岸良匡
33	食生活習慣とうつ病リスク	功刀 浩
39	認知症を防ぐ食生活とは	野崎昭子・三村 将
45	日本人成人の栄養と骨粗鬆症・骨折予防に関するエビデンス	中村和利
51	食事・栄養摂取と眼疾患	羽入田明子

疾患重症化予防にも関わる栄養・食生活

58	2型糖尿病の予防とコントロールのための食事と食事療法	曾根博仁
----	----------------------------------	------



医学のあゆみTwitter
@IGAKU_AYUMI

- 66 慢性腎臓病 今田恒夫
- 72 高血圧・脂質異常症の生活習慣改善 鹿島レナ・小久保喜弘

栄養・食生活と健康——ライフコースの観点から

- 82 妊娠期の栄養・食生活
——「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」を踏まえて 瀧本秀美
- 87 成育期の栄養・食生活 石塚一枝
- 90 高齢期の栄養・食生活 大塚 礼

持続可能で健康的な食事

- 98 和食(日本の食事)と疾病予防・健康寿命延伸 八谷 寛・福田知里
- 104 持続可能な食事と健康寿命延伸
——持続可能で健康的な食事に関するガイドラインへ向けて 片桐諒子
- 103 次号の特集予告



サイドメモ

- 15 健康日本21
- 66 慢性腎臓病(CKD)とサルコペニア
- 72 DASH食
- 78 吹田研究
- 100 食物繊維
- 100 グルテン