

タイトル	旧 4版 2010年4月1日発行			新 5版 2011年1月1日発行		
	頁	行	内容	頁	行	内容

上巻

1-1 健康づくり施策	11	左段 9行目	③日本人の食事摂取基準 (2005年版)	11	左段 9行目～	③日本人の食事摂取基準
1-1 健康づくり施策	11	左段 11行目～	…は、第七次改訂にあたって、名称を「日本人の食事摂取基準」と改めた。	11	左段 11行目～	…は、2005年の第七次改訂にあたって、名称を「日本人の食事摂取基準」と改めた。(使用期間は2005年4月から2010年3月まで)。
1-1 健康づくり施策	11	左段 14行目	…いたが、今回の改訂では…	11	左段 14行目	…いたが、この改訂では…
1-1 健康づくり施策	11	左段 17行目～	…エネルギーおよび各栄養素の摂取量の基準を示している。使用期間は2005年4月から2010年3月までであり、保健所、保健センター等で生活習慣病予防のために実施される栄養指導や、学校や事業所等の給食提供にあたって、最も基本となる科学的データとして活用される。	11	左段 18行目	…エネルギーおよび各栄養素の摂取量の基準を示した。保健所、保健センター等で生活習慣病予防のために実施される栄養指導や、学校や事業所等の給食提供にあたって、最も基本となる科学的データとして活用されるものであり、現在は2010年版(使用期間は2010年4月から2015年3月まで)が使用されている。
1-1 健康づくり施策	11	左段 25(下から9)行目～	…目標量、上限量の5種類の指標が設けられた。また、新たな目標量として、①増やすべき栄養素(食物繊維、n-3系脂肪酸、カルシウム、カリウム)、②減らすべき栄養素(コレステロール、ナトリウム)、③脂肪エネルギー比率、脂質の質についても策定している。	11	左段 25(下から9)行目～	…目標量、耐用上限量の5種類の指標が設けられている。また2010年版では、ライフステージごとに推定エネルギー必要量を定めたほか、ナトリウム(食塩相当量)の目標量を修正(男性:10g未満→9g未満、女性:8g未満→7.5g未満)し、かつカルシウムでは推奨量を目指すことに変更された。
3-1 メタボリックシンドローム	74	表1 WHOの項	1) $WHR \geq 0.90$ (男性)	74	表1 WHOの項	1) $WHR > 0.90$ (男性)
3-1 メタボリックシンドローム	74	表1 米国コレステロール教育プログラムの項	1) ウエスト周囲径 $> 102\text{cm}$ (男性)	74	表1 米国コレステロール教育プログラムの項	1) ウエスト周囲径 $\geq 102\text{cm}$ (男性)
3-1 メタボリックシンドローム	74	表1 日本内科学会ほかの項	1) ウエスト周囲径 $> 85\text{cm}$ (男性)	74	表1 日本内科学会ほかの項	1) ウエスト周囲径 $\geq 85\text{cm}$ (男性)
3-1 メタボリックシンドローム	74	表1 国際糖尿病連合の項	1) ウエスト周囲径 $> 90\text{cm}$ (男性)	74	表1 国際糖尿病連合の項	1) ウエスト周囲径 $\geq 90\text{cm}$ (男性)
3-1 メタボリックシンドローム	75	図1 最下段	…「標準的な検診・保健指導プログラム(確定版)」より)	75	図1 最下段	…「標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)」より)
3-2 肥満症(1)(2)	85	左段 8行目～	…2007年に発表された平成17年国民健康・栄養調査結果…	85	左段 8行目～	…2008年に発表された平成18年国民健康・栄養調査結果…
3-2 肥満症(1)(2)	85	図3 最下段	(平成17年国民健康・栄養調査結果の概要)	85	図3 最下段	(平成18年国民健康・栄養調査結果の概要)
3-4 高脂血症(高尿酸血症)(2)	118	表2 病型の列	尿酸産生低下型	118	表2 病型の列	尿酸排泄低下型
6-1 トレーニング概論	340	左段 13行目～	…「日本人の食事摂取基準2005年版」…	340	13行目～	…「日本人の食事摂取基準」…
6-2 トレーニング条件と反応・トレーニング強度	350	右段 18(下から15)行目～	日本高血圧学会が発行した「高血圧治療ガイドライン2004」 ¹⁵⁾ によると、「運動療法は、最大酸素摂取量の50%程度の軽い動的有酸素運動(たとえば、早歩き、ランニング、水中歩行)を定期的に行うことが薦められる」とある。また運動量としては1日30分以上、できるだけ毎日行うことを推奨している。	350	右段 18(下から15)行目～	日本高血圧学会が発行した「高血圧治療ガイドライン2009」 ¹⁵⁾ によると、「高血圧などの生活習慣病の予防や治療にはウォーキング(脈がやや速くなる程度の速歩が推奨される)のような有酸素運動が優れている。これに除脂肪体重の増加や骨粗鬆症や腰痛を防止する効果のある軽度のレジスタンス運動、および関節の可動域や機能を向上させるストレッチ運動を補助的に組み合わせる」としている(ただし「有酸素運動」の語は、正確には「有酸素性運動」と言うべきである)。また運動量としては、「運動は定期的に毎日30分以上を目標に行うが、少なくとも10分以上の運動であれば合計して1日30分以上で目標を達成できたとしてよい」とある。
6-2 トレーニング条件と反応・トレーニング強度	353	右段 2(下から7)行目～	今後、平成20年から行われる健診後の保健指導については、これらのエビデンスに基づいて行われる予定である。…	353	右段 2(下から7)行目～	平成20年度から始まった特定健康診査後の特定保健指導は、これらのエビデンスに基づいて行われる。…
6-2 トレーニング条件と反応・トレーニング強度	354	参考文献	15) 日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会: 高血圧治療ガイドライン2004	354	参考文献	15) 日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会: 高血圧治療ガイドライン2009
7-2 外科的傷害 上肢	439	図12 注釈部分	…(母指と伸展すると腱が浮上して境界が明瞭になる)…	439	図12 注釈部分	…(母指を伸展すると腱が浮上して境界が明瞭になる)…

15-1 食生活と健康運動	966	右段 19(下から10)行目～	…調理方法を工夫して減塩に心がけ、1日摂取量を成人男性では10g未満、成人女性では8g未満にすることである。	966	右段 19(下から10)行目～	…調理方法を工夫して減塩に心がける。「日本人の食事摂取基準(2010年版)」では、成人の1日あたりの目標量は男性9g未満、女性7.5g未満である。
15-1 食生活と健康運動	971	参考文献	3) 厚生労働省策定：日本人の食事摂取基準(2005年版)，第一出版，2005.	971	参考文献	3) 厚生労働省「日本人の食事摂取基準」策定検討会報告書：日本人の食事摂取基準(2010年版)，第一出版，2009.
15-4 身体活動量の定量法とその実際(1)	1000	左段 3行目～	… (Physic Activity Level : PAL) …	1000	左段 3行目～	… (Physical Activity Level : PAL) …
15-5 栄養・食事アセスメント(2)	1029	右段 11行目～	一方、(1)空腹時血糖が126mg/dL以上、(2)75gブドウ糖負荷試験の2時間値が200mg/dL以上、(3)随時血糖が200mg/dL以上のいずれかが、別の日に行った2回以上の検査で確認されれば糖尿病と診断される。1回の検査だけの場合は「糖尿病型」という。ただし、糖尿病型でも、次の条件のいずれかを満たす場合；1)典型的な症状(口渴、多飲・多尿、体重減少)、2)HbA1Cが6.5%以上、3)糖尿病性網膜症では、糖尿病と診断される。また、75gブドウ糖負荷試験で…	1029	右段 11行目～	一方、①空腹時血糖値が126mg/dL以上、②75g経口糖負荷試験(OGTT)2時間値が200mg/dL以上、③随時血糖値が200mg/dL以上、④HbA1c(JDS値)が6.1%以上(国際標準値の場合6.5%以上)のいずれかが、別の日に行った2回以上の検査で確認されれば糖尿病型と診断される。ただし、HbA1c6.1%以上が2回確認されるだけでは糖尿病とは診断されない。1回の検査だけの場合は糖尿病型という。ただし、血糖値が糖尿病型(上記①～③のいずれか)で、かつHbA1cも糖尿病型の場合(上記④)、あるいは、次のいずれかの条件が満たされた場合：1)糖尿病の典型的症状(口渴、多飲、多尿、体重減少)の存在、2)確実な糖尿病網膜症の存在では、初回検査だけでも糖尿病と診断できる。また、75gブドウ糖負荷試験で…
(上巻)(下巻)奥付	508 ・ 1036	6行目～	… 平成22(2010)年4月1日第4版第1刷発行	508 ・ 1036	6行目～	… 平成22(2010)年4月1日第4版第1刷発行 平成22(2011)年1月1日第5版第1刷発行