

CONTENTS

わたしと食、食とわたし	Page.1
標高2,900mの山小屋を受け継いでいくということ 高岡ゆり(御嶽山「二の池ヒュッテ」オーナー)	
【特集】 体内時計と健康～いつ食べ、いつ眠ると良いのか～	Page.3
時間栄養学の重要性と体内時計の仕組み 柴田重信(早稲田大学先進理工学部教授)	
体内時計を意識した食事の時間と配分の重要性 青山晋也(長崎大学医学部・同大学院医歯薬学総合研究科助教)	
睡眠の時間と質の重要性 駒田陽子(明治薬科大学リベラルアーツ准教授)	
【連載】 第2回 食物アレルギーと管理栄養士・栄養士	Page.14
食物アレルギー患者への管理栄養士・栄養士のサポート～「食物アレルギーの栄養食事指導の手引き2017」をもとに～ 林 典子((学)ソニー学園湘北短期大学生活プロデュース学科)	
トップランナーたちの視点	Page.18
宮司智子((医)新都市医療研究会「君津」会 南大和病院栄養部科長)	
管理栄養士の活動最前線	Page.22
病院 / 小・中学校 / 事業所	
てまえみそ	Page.28
富山県 お盆のおもてなしは、涼感たっぷり「しろえび de 大門そうめん」	
実践事例報告	Page.29
食物アレルギー代替候補食品の選定における3つの評価方法	
日栄's eye	Page.35
妊産婦に対する保健・医療体制の在り方に関する検討会 議論の取りまとめ公表 / 自身のトレーニングにも業務にも！「栄養力診断」栄養の基礎編がデビュー / 2020年度診療報酬改定に向け、厚生労働省へ「2020年度社会保障制度(診療報酬)の改定に係る要望書」を提出 / 在宅訪問管理栄養士スキルアップセミナー(第3回在宅栄養専門管理栄養士専門研修)のご案内 / 2019年度がん病態栄養セミナーのご案内 / 困難な時代だからこそ、「学んで働き、働いて学ぶ」者を支援する / 栄養をつなぐこと / 職域間の情報共有と連携	
企業からの最新情報	Page.38
研修会の案内	Page.40
編集後記	Page.43