

特集

睡眠と栄養

Sleep and Nutrition

よい眠りと食事の驚くべき関係とは？

睡眠とエネルギー代謝の関係～食欲に与える影響 006

富山大学学術研究部（薬学・和漢系）病態制御薬理学
笹岡利安、恒枝宏史

睡眠とフレイル 012

国立長寿医療研究センター
中窪 翔

メラトニンと睡眠 020

睡眠総合ケアクリニック代々木
東京医科大学睡眠学講座
公益財団法人神経研究所睡眠研究室
柳原万里子

ケトン体代謝と睡眠の最新知見 028

徳島大学大学院医歯薬学研究部
近久幸子

時間栄養学と睡眠 036

愛国学園短期大学
古谷 彰子

紅茶の香りがストレス意識の高い女性の睡眠に及ぼす効果 044

三井農林株式会社 R&D グループ
大野敦子 佐久川千津子
筑波大学大学院グローバル教育院ヒューマンバイオロジー学位プログラム
矢田幸博

睡眠と学業成績朝食の関連 050

名古屋女子大学文学部児童教育学科
大曾基宣、野内友規

特別寄稿

アルツハイマー病を予防し得る酢酸菌サプリ 061

金沢大学大学院医学系研究科 精神行動科学 協力研究員
山嶋哲盛

TOPICS 第15回 057**糖尿病治療における糖質制限食のエビデンスと課題**

東京慈恵会医科大学総合健診・予防医学センター
宇都宮一典

注目論文紹介 070

一般社団法人是真会長崎リハビリテーション病院
山内杏奈

食事ガイドライン 第15回 075**新型コロナウイルス感染者の栄養管理のための
ESPN 専門家声明と実践的ガイダンス**

名古屋学芸大学大学院栄養科学研究科
下方浩史
愛知淑徳大学健康医療科学部
安藤富士子

「食と医療」投稿規定 080