目次

巻頭言　薬食区分について

平野　和行…… 95

I.　特集「女性の健康～フェムテックについて～」

１．フェムケアを「オール世代フレイル」の視点から考える

矢澤　一良…… 98

２．女性の体に必要な ω3 系脂肪酸

原馬　明子……102

３．働く女性における月経困難症・月経前症候群・更年期障害予防とフェムテック

寺内　公一……112

４．シダレ桜由来乳酸菌 *Lacticaseibacillus paracasei* Shidare 株のエクオール産生促進作用と健康食品を通じたフェムケアへの可能性

竹田　翔伍……118

II.　私のつぶやき

１．健康寿命 100 年時代における『安全なセルフケア』の構築

－健康食品の歩みと今後の健康食品管理士のかかわりについて－

宇野 英理子……126

２．食品の安全性に対する食経験と食品の二次機能の重要性

梅垣　敬三……131

III.知識シリーズ

１．食品添加物基礎講座　第２回　食品添加物の役割　その１

長村　洋一……136

２．情報と疫学研究　第２回：複数の変数の関係を読み解く統計学

― 分散分析、相関分析、回帰分析 ―

鈴木　康司 他……143

３．腸内細菌と健康（２）～ヘルシーエイジングと脂質の質を考える～

内藤　裕二……159

４．サプリメント Q&A　サプリメント摂取時の手術前中止期間について

宇野 英理子、中野　一子……164

５．機能性表示食品関与成分

「肌の弾力の維持と肌のうるおい」と「膝関節の動きをサポートする」

太田　好次……167

６．がんの「治療薬」と「健康食品・サプリメント」～がんの補完代替医療とは～

大石　順子……175

IV. 認定校紹介シリーズ

北海道情報大学　医療情報学部　医療情報学科

本間　直幸……184

V.　会員連絡……190

日本食品安全協会会誌投稿規定……193

編集後記……196

異動連絡届