

## 健康食品管理士／食の安全管理士 認定試験出題ガイドライン

認定試験出題ガイドラインについては、毎年検討し見直しを行います。

大項目	中項目	小項目
1. 食品と栄養	A. 栄養と食生活	1. 栄養 2. 食生活
	B. 食物の消化・吸収	1. 摂食調節 2. 食物の消化・吸収
	C. 糖質とその代謝とエネルギー産生	1. 糖質とは 2. 糖質代謝
	D. 脂質とその代謝	1. 脂質とは 2. 脂質の運搬 3. 脂肪酸 4. 中性脂肪 5. コレステロール
	E. たんぱく質・アミノ酸とその代謝	1. アミノ酸 2. たんぱく質
	F. ビタミンおよびミネラル	1. ビタミン 2. ミネラル（水を含む）
2. 保健機能食品総論	A. 食品の機能と健康	1. 健康維持に対して食生活の有する重要性 2. 食品の機能と健康食品
	B. 現状のいわゆる健康食品が内包している具体的問題点	1. 有効性の根拠 2. 安全性の問題点
	C. 保健機能食品および特別用途食品制度	1. 保健機能食品概観 2. 特定保健用食品制度の概略 3. 栄養機能食品の制度 4. 機能性表示食品制度 5. 特別用途食品
	D. 遺伝子技術関連食品	1. 遺伝子組換え食品 2. ゲノム編集食品 3. 遺伝子技術関連食品の安全性
	E. 指定成分制度	1. 改正食品衛生法に基づいて指定成分制度が発足 2. 指定成分等の位置づけ 3. 指定成分に関するリスクコミュニケーター 4. 現在指定されている成分
	F. 食品の品質管理	1. GAP (Good Agricultural Practice) 2. HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point) 3. ISO2200 4. SQF (Safe Quality Food) 5. GMP (Good Manufacturing Practice)
3. 保健機能食品各論	A. 特定保健用食品	1. 「お腹の調子を整える」と表示をした特定保健用食品 2. 「コレステロールが高めの方に適する」と表示をした特定保健用食品 3. 「食後の血糖値の上昇を緩やかにする」と表示をした特定保健用食品 4. 「血圧が高めの方に適する」と表示をした特定保健用食品 5. 「歯の健康維持に役立つ」と表示をした特定保健用食品 6. 「血中中性脂肪が気になる方に適する」または「体脂肪が気になる方に適する」と表示をした特定保健用食品 7. 「骨の健康維持に役立つ」と表示をした特定保健用食品 8. その他の特定保健用食品
	B. 機能性表示食品	1. 機能性関与成分の概要
	C. 民間でよく使用されている機能性素材	1. 健康食品の素材 2. 健康食品の成分 3. 健康食品の加工品
4. 医薬品と相互作用	A. 医薬品と食品の違い（一般）	1. 医薬品の種類(医療用医薬品～一般用医薬品第三類) 2. 医薬品と食品の違い46通知参照 3. 薬機法・GXP法適用 4. 保健機能食品との相違 5. 医薬品の種類 6. 4 6 通知による剤形による区別 7. OTC, スイッチOTC, 薬価、処方箋、登録販売者による販売、処方箋、有効期限・使用期限、服用法
	B. 吸収の一般	1. 腸管吸収、GER、腸管からの吸収一般、限定部位からの吸収
	C. 吸収における相互作用とその回避	1. 2から3時間空けて投与による回避策（乳製品同時服用における回避策）
	D. グレープフルーツジュースの影響	1. 小腸管内でのCYP3A4阻害 2. 阻害の持続時間 3. 具体的な相互作用例
	E. 医薬品血中濃度と薬効の関係	1. 初回通過効果 2. 無作用量 致死量 3. 受けやすい医薬品の種類 4. 初回通過の意味と原理 5. 回避策(例：ニトログリセリン)
	F. 代謝全般・代謝酵素抱合酵素	1. CYPの特徴・種類 2. 鉄金属を含む酵素(ヘモグロビンと類似構造) 3. COで阻害 4. 基質特性が低い 5. 主な局在部位 6. 抱合酵素 7. 誘導・阻害
	G. セント・ジョーンズ・ワートに関して	1. 起源植物 2. 影響を受ける医薬品 3. P糖タンパク(薬物排泄輸送担体)を増加 4. 具体的な相互作用例
	H. フルファリン・ビタミンK	1. 具体的な相互作用例
	I. 嗜好品	1. 具体的な相互作用例
	J. ビタミンと医薬品の相互作用	1. 健康食品との相互作用・総合問題 2. 具体的な相互作用例

大項目	中項目	小項目
5. 病態と栄養管理	A. 傷病者に対する栄養管理	1. 栄養アセスメント
		2. 栄養基準の設定
		3. チーム医療
		4. 地域連携
	B. 傷病病態別の栄養管理	1. 栄養障害
		2. 代謝系疾患における栄養管理
		3. 循環器系および脳血管疾患における栄養管理
		4. 腎疾患における栄養管理
		5. 胃腸疾患における栄養管理
		6. 肝疾患における栄養管理
		7. 胆管・膵臓疾患における栄養管理
		8. 血液疾患における栄養管理
		9. アレルギーにおける栄養管理
10. がんにおける栄養管理		
11. 骨・筋疾患における栄養管理		
12. 嚥下障害における栄養管理		
13. 褥瘡における栄養管理		
6. 病態解析と臨床検査	A. 臨床検査総論	1. 臨床検査の役割
		2. 基準範囲 (Reference interval)
		3. 基準範囲と生理的変動
		4. 臨床判断値
	B. 疾患予防と臨床検査	1. 特定健康診査と保健指導 (特定健診)
		2. 臨床検査
	C. 各種疾患と臨床検査	1. 生活習慣病と臨床検査
		2. 循環器疾患と臨床検査
		3. 腎疾患と臨床検査
		4. 肝疾患と臨床検査
		5. 血液疾患と臨床検査
		6. 呼吸器疾患と臨床検査
7. その他消化器系疾患と臨床検査		
8. 悪性腫瘍と臨床検査		
7. 食品の安全性	A. 食品の安全性と衛生管理	1. 食の安全性と衛生
		2. 疫学研究とエビデンス
	B. 食品添加物	1. 食品添加物とは
		2. 食品添加物の指定
		3. 食品添加物の安全性
		4. 食品添加物の規格基準
		5. 主な食品添加物の種類と用途
		6. 食品添加物の表示
	C. 食中毒	1. 食中毒とは
		2. 食中毒の発生状況
		3. 主な食中毒の特徴
		4. 食中毒の予防
	D. 有害物質による食品汚染	1. 農薬
		2. 有機化学物質
		3. 有害金属
4. カビ毒		
5. 放射性物質		
E. その他の食品安全に関する最近の話題	1. 遺伝子組み換え食品	
	2. ゲノム編集食品	
	3. 放射線照射食品	
	4. 食品衛生法の一部改正 (平成30年6月) の主な項目	
8. 食品の表示	A. 食品の表示	1. 食品の表示
		2. 食品表示基準
	B. 栄養強調表示	1. 栄養成分表示
		2. 栄養成分比較強調表示
		3. 栄養素等表示基準値
9. 関連法規	A. 関連法規の概要	1. 食品安全基本法
		2. 食品衛生法
		3. 健康増進法
		4. 食品表示法
		5. 日本農林規格等に関する法律 (JAS法)
		6. 医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保に関する法律 (薬機法)
		7. 不当景品類及び不当表示防止法 (景品表示法)
		8. 特定商取引に関する法律 (特定商取引法)
		9. 消費者教育の推進に関する法律 (消費者教育推進法)
		10. 製造物責任法 (PL法)