

『栄養・スポーツ系の運動生理学』
第1版第1刷 内容補足・訂正表

本書の一部内容につきまして、以下の通り補足・訂正いたします。

表につきましては、誠にお手数ですが切り取り線内の表を該当箇所にお貼り込みください。

頁	該当箇所	訂正前	訂正後・追記
5	↑13行目	安静時代謝量 (resting energy expenditure : REF)	安静時代謝量 (resting metabolic rate : RMR)
5	↑18行目	安静時エネルギー消費量 (resting metabolic rate : RMR)	安静時エネルギー消費量 (resting energy expenditure : REE)
33	↑12行目	CO ₂ は、赤血球中の酵素 (炭酸脱水素酵素) の働きにより水と反応する (CO ₂ +H ₂ O→HCO ₃ ⁻ +H ⁺) .	CO ₂ は、赤血球中の酵素 [炭酸脱水(素)酵素] の働きにより水と反応する (CO ₂ +H ₂ O→HCO ₃ ⁻ +H ⁺) .
88	表7-1, 単糖類の行	六単糖	六炭糖
108	表8-4		下記の表に差し替え [日本人の食事摂取基準 (2020年版) への情報更新]
108	表8-5		下記の表に差し替え (同上)

表 8-4 参照体位 (参照身長, 参照体重) と基礎代謝量

性別	男性		女性		男性	女性
	参照身長 (cm)	参照体重 (kg)	参照身長 (cm)	参照体重 (kg)		
18~29 (歳)	171.0	64.5	158.0	50.3	1,530	1,110
30~49 (歳)	171.0	68.1	158.0	53.0	1,530	1,160

表 8-5 推定エネルギー必要量 (kcal/日)

性別	男性			女性		
	身体活動レベル I	II	III	I	II	III
18~29 (歳)	2,300	2,650	3,050	1,700	2,000	2,300
30~49 (歳)	2,300	2,700	3,050	1,750	2,050	2,350

2023年12月12日

株式会社 南江堂