

「日本人の食事摂取基準（2020年版）の実践・運用」正誤表 第2刷

本書中、下記のような誤りがございます。お詫びして訂正いたします。

ページ・項目等	誤（下線部）	正
p.23・表 I-13 メッツ・時 (エクササイズ)	通勤（立位） <u>1.8</u> 通勤（歩行） <u>1.8</u> テレビ <u>2.4</u>	通勤（立位） 1.2 通勤（歩行） 1.7 テレビ 2.0
p.27・上から2行目 上から3行目	= (1,800kcal×8 + 1,450kcal～ = <u>1,526kcal</u> ≒ 1,550kcal	= (1,850kcal×8 + 1,450kcal～ = 1,536kcal ≒ 1,550kcal
表内 丸めた数値 推定エネルギー 必要慮 (kcal/日)	<u>1,800</u> <u>1,400</u> <u>1,650</u> <u>1,300</u>	1,850 1,450 1,700 1,350
p.31・上から5行目 図 1-10	推奨値は <u>60 g</u> で 推奨量— <u>60 g</u>	推奨値は 65 g で 推奨量—65 g
p.42・表 I-22 30～49(歳) 50～64(歳) 65～74(歳) 75 以上(歳)	男性 目標量      女性 目標量	男性 目標量      女性 目標量 (7.5 未満)      (6.5 未満) (7.5 未満)      (6.5 未満) (7.5 未満)      (6.5 未満) (7.5 未満)      (6.5 未満)
妊婦（付加量） 授乳婦（付加量）	妊婦（付加量） 授乳婦（付加量）	妊婦      (6.5 未満) 授乳婦
p.177・実践事例3 たんぱく質(%エネルギー) 計算方法欄 〈 〉 kcal 定食欄	注：50～64歳(14～20)17%、 <u>65歳</u> ～(15～20)17.5% 〈 〉 (23～33)	注：50～64歳(14～20)17% 〈 〉 (28～33)
脂質(%エネルギー) 〈 〉 kcal 定食欄	〈 〉 (15～22)	〈 〉 (18～22)
炭水化物(%エネルギー) 〈 〉 kcal 定食欄	〈 〉 (83～108)	〈 〉 (100～130)
食物繊維 (g) 計算方法欄	21 g × 0.35 = <u>7.0 g</u>	21 g × 0.35 = 7.35 g
ビタミン A (μgRAE) 計算方法欄 〈 〉 kcal 定食欄	900 人の荷重平均を求めると、 〈 〉 μg 耐容上限量 = 〈 〉 μg × D/A = 〈 〉 μg 〈 〉 未満にする	900 人の荷重平均を求めると、 〈 〉 μgRAE 耐容上限量 = 〈 〉 μgRAE × D/A = 〈 〉 μgRAE 〈 〉 付近を目指す

鉄 (mg) 計算方法欄	900 人の荷重平均を求めると, 6.9mg, 8.2mg, 48.9mg 推定平均必要量 = $6.9\text{mg} \times D/A \sim$ 推奨量 = $8.2\text{mg} \times D/A \sim$ 耐容上限量 = $48.9\text{mg} \times D/A \sim$	900 人の荷重平均を求めると, 6.2mg, 8.3mg, 47.2mg 推定平均必要量 = $6.2\text{mg} \times D/A \sim$ 推奨量 = $8.3\text{mg} \times D/A \sim$ 耐容上限量 = $47.2\text{mg} \times D/A \sim$
食塩相当量 (g) 計算方法欄	目標摂取量 $7.0\text{g} \times D/A \sim$	目標摂取量 $7.2\text{g} \times D/A \sim$
p.178・表 3	<u>50</u> ~64 <u>35</u> <u>40</u>	削除
p.178・実践事例 9 男女の年齢(歳)欄 男性の構成人数, 基礎代謝量, 基礎代謝量 × 1.3, 推定エネルギー必要量の欄 1 行目	<u>50</u> ~64 <u>65</u> ~74 <u>35</u> 1,400    1,820    1,800	65~74 75~ 30    1,400    1,820    1,800
p.178・実践事例 10 推定エネルギー必要量 (丸め値)の欄	<u>1,400</u>	1,800
p.188~190・資料 食種・性・年齢階級別給与栄養量一覧 ビタミン A 男性	食種 2,200・2,000・1,800・1,600・1,400kcal の 推定平均必要量 / 推奨量 50~64 歳 <u>600</u> / <u>850</u>	食種 2,200・2,000・1,800・1,600・1,400kcal の 推定平均必要量 / 推奨量 50~64 歳 650 / 900
ビタミン B <sub>1</sub> 女性	推奨量 50~64 歳 <u>1.0</u>	推奨量 50~64 歳 1.1
ビタミン B <sub>2</sub> 女性	推奨量 50~64 歳 <u>1.1</u> 75 歳以上 <u>1.1</u>	推奨量 50~64 歳 1.2 75 歳以上 1.0
カルシウム 男性	推奨量 50~64 歳 <u>700</u> 65~74 歳 <u>700</u>	推奨量 50~64 歳 750 65~74 歳 750
カルシウム 女性	75 歳以上 <u>650</u>	75 歳以上 600
表下 注)	鉄のかっこ内は, 月経のある場合	鉄は, 月経のない場合

★法改正・訂正・正誤等の追加情報につきましては、弊社ホームページ内にてご覧いただけます。

URL <http://www.daiichi-shuppan.co.jp/>

(2021.10 1415-6)