

# 改訂第2版の序

実用的な青色発光ダイオード(LED)を開発したとして赤崎 勇氏と天野 浩氏、中村修二氏の三人に今年のノーベル物理学賞の受賞が発表され、日本中が湧いた。三人の功績と人物像などが連日報道されている。三人に共通していることは、長年強い目的意識をもつて、並々ならぬ努力を重ねていることだ。ただ、これはノーベル賞に限ったことではなく、学問、経営、芸能などどの分野の成功者にも共通していることだと思う。栄養学を学ぶ方々も同じである。

本書は多くの読者からご支持をいただき、初版発行からわずか2年で改訂のはこびとなつた。この2年の間に多くの方々から、もっと良い内容にするためのご指摘や、ご要望をいただいたことを心より感謝している。今回の改訂は、そうした読者の方々に支えられている。

基礎栄養学は、「栄養とは何か、その意義について理解する」ために非常に重要な科目である。管理栄養士・栄養士養成教育において栄養学を学ぶうえで、文字通りその基礎・土台となる根幹科目である。本書は「テキスト(教科書)」と「演習版ノート」の2冊セットにすることにより、効果的に学習することを狙った「栄養科学イラストレイテッド」の演習版ノートである。この演習版ノートは、テキストに準拠した内容で、知識を確実に定着できる「自己学習用ノート」である。巻末には「日本人の食事摂取基準(2015年版)」も付表として示してあるので参照してほしい。目次の最後に「本書の使い方」があるのでそれにしたがって学習を進めてほしい。また、姉妹版の「基礎栄養学テキスト 改訂第2版」をベースに作成してあるため、テキストとセットで使用することを強くおすすめしたい。

この本の最大の特徴は「わかりやすさ」にこだわった点である。執筆者は読者の目線に近い30代から40代の若手で構成した。若い力を結集してつくり上げた「わかりやすい学習ノート」となっていると自負している。

私は、本書が読者の皆さんのお役に立つことを願っている。そこで私の好きな言葉をここに記したい。

「高い目標をもつこと。その目標に見合った努力をすること。最後の最後まであきらめないこと。その目標は、きっと実現されるであろう」

2014年11月

執筆者を代表して  
田地 陽一