

# 第3版の序

今年、イチロー選手が日本人ではじめて大リーグ通算3,000本安打を達成し、日米で大きく報道された。この記録が凄いということに疑いの余地はないだろう。イチロー選手というと、練習に取り組む姿勢や日々の自己管理の厳しさについて皆知るところだと思う。大きな成功は、長年にわたる並々ならぬ努力の賜物である。これは野球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と思う。栄養学を学ぶ方々も同じである。

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」のテキスト（教科書）版である。今回の第3版では、図表をオールカラー化し、さらに学びやすいテキストをめざした。本書は全10章からなり、国家試験のガイドラインに完全に対応した内容となっている。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。各章の冒頭に、まずその章で学ぶべき「重要ポイント」と章全体をイメージできる「概念図」を示した。章末には内容の理解を確認するための「チェック問題」を用意した。さらに、その章で学んだ知識が、臨床の現場でどのように活かされるのかをイメージできるように「臨床栄養への入門」を加えた。また、姉妹版の「演習版 基礎栄養学ノート 第3版」とセットで使用することで、さらに効率よく学習できるよう作成してあるので、活用をおすすめしたい。

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40代以下の若手で構成した。若い力を結集してつくり上げた「わかりやすいテキスト」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目標実現の一助となることを願っている。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」

最後に、本書をまとめるにあたり多大なお力添えをいただいた羊土社編集部の、田頭みなみ氏、関家麻奈未氏に深く感謝申し上げます。

2016年10月

執筆者を代表して  
田地 陽一