

正誤表・更新情報

本書中に訂正・更新箇所等がございました。お手数をお掛けしますが、下記ご参照頂けますようお願い申しあげます（2018年10月17日）

■第3版 第2刷（2018年2月15日発行）の修正・更新箇所

*第1刷からの修正箇所はhttps://www.yodoshisha.co.jp/correction/9784758113519_corrections.pdfをご参考ください

頁	場所	修正前	修正後	補足	掲載
第1章					
20	図5	DNAのTがCに置き換わっていると	DNAのTがAに置き換わっていると		18/05/08
第4章					
72	下端 解答 1-01	エネルギー	炭水化物		18/05/11
72	下端 解答 1-02	炭水化物	糖質		18/05/11
付表					
186	(表11つづき)の右側			※1	18/10/17

図表

※1 ビタミンCの食事摂取基準の表を追加いたします

性別	ビタミンC (mg/日)					
	男性			女性		
年齢等	推定平均必要量	推奨量	目安量	推定平均必要量	推奨量	目安量
0～5（月）	—	—	40	—	—	40
6～11（月）	—	—	40	—	—	40
1～2（歳）	30	35	—	30	35	—
3～5（歳）	35	40	—	35	40	—
6～7（歳）	45	55	—	45	55	—
8～9（歳）	50	60	—	50	60	—
10～11（歳）	60	75	—	60	75	—
12～14（歳）	80	95	—	80	95	—
15～17（歳）	85	100	—	85	100	—
18～29（歳）	85	100	—	85	100	—
30～49（歳）	85	100	—	85	100	—
50～69（歳）	85	100	—	85	100	—
70以上（歳）	85	100	—	85	100	—
妊婦（附加量）				+10	+10	—
授乳婦（附加量）				+40	+45	—

特記事項：推定平均必要量は、壊血病の回避ではなく、心臓血管系の疾病予防効果ならびに抗酸化作用効果から算定した