

## 『改訂新版 栄養の教科書』正誤表

(2020年11月16日)

本書には、「ムチン」に関する誤った記載がございました。

下記のように訂正し、お詫び申し上げます。

197 ページ 免疫力を高める食品の「長いも」について、削除いたします。

225 ページ おすすめの食品・成分の「おくら、長いも」の成分

「ムチン」は誤りでした。「ぬめり成分」に訂正いたします。

巻末 一目でわかる食材事典

008 ページ 「さといも」の働きの記述

「ぬめりの成分は、血圧や脂質を下げるガラクトタンと肝機能を高めるムチン。」を

下記の内容に訂正いたします。

「ぬめりの成分は、血圧や脂質を下げるガラクトタンなど。」

009 ページ 「ながいも」の働きの記述

「ぬめりの元はミュウシンと呼ばれる。」を削除。

010 ページ 「オクラ」の働きの記述

「ネバネバ成分に食物繊維のペクチンとタンパク質のムチンが含まれ便秘解消に。」を下記の内容に訂正いたします。

「ネバネバ成分はペクチンなどの水溶性の食物繊維。便秘解消に役立つ。」

014 ページ

「モロヘイヤ」の働きの記述

「ぬめり成分ムチンが消化器官の粘膜を守り、肝機能を高める」を削除し、下記の内容に訂正いたします。

「老化の原因となる活性酸素の発生を抑え、取り除くβ-カロテンが豊富。」

「モロヘイヤ」の上手なとり方の記述

「ムチンのたんぱく質酵素は熱に弱いので、手早く調理する。」を削除し、下記の内容に訂正いたします。

「アクがあるので、短時間ゆでて冷水にとってから調理する。」

以上、訂正し、お詫び申し上げます。