

2025年5月1日現在

正誤表	野菜健康指導士試験 公式テキスト 初版
-----	---------------------

本書において下記の通り、誤りがございました。

内容を訂正するとともに、読者の皆様にご迷惑をおかけいたしましたことを深くお詫び申し上げます。

恐れ入りますが、本正誤表をご確認の上、ご利用いただきますようお願い申し上げます。

一般社団法人食品機能推進協会

記

頁	訂正箇所	誤	正	更新日
4 頁	表中 2 行目	8,000 円 (税別)	8,800 円 (税込)	2025/3/5
4 頁	表中 3 行目	13,000 円 (税別)	14,300 円 (税込)	2025/3/5
18, 19 頁	色別の分類		橙 (オレンジ) の野菜を追記 ※別表 1 をご参照ください	2025/5/1
19 頁	黄色の野菜の表	黄色の野菜 黄色パプリカ	黄の野菜 黄パプリカ	
26 頁	表中 4 行目	果糖 U	果糖	2025/3/5
32 頁	表中 5 行目	ガム質 麦類、大豆類など	イヌリン ゴボウ、菊芋など	2025/5/1
34 頁	図右中段	大豆イソフラボン、お茶カテキン、タマネギケルセチン	大豆 (イソフラボン)、緑茶 (カテキン)、タマネギ (ケルセチン)	2025/5/1
35 頁	表中 7 行目	アルビオン	アルピノン	2025/3/5
35 頁	表中 8 行目	アンペロプチン	アンペロプシン	2025/3/5
35 頁	表中 14 行目	ステルペノイド	ステルペノイド	2025/3/5
35 頁	表中 14 行目	レスペラトロール	レスペラトロール	2025/3/5
35 頁	表中 19 行目	ロズマリン酸	ロスマリン酸	2025/5/1
41 頁	下から 3 行目	アイリンという成分	アリインという成分	2025/3/5
58 頁	図表 1 下部	内閣府令「食品表示基準」	内閣府令「食品表示基準 (2024 年時点)」	2025/5/1

59 頁	中段右 5 行目	ビタミン C を含むな ので	ビタミン C を含むの で	2025/5/1
62 頁	左下グラフ	しその葉約 2 枚 (2g) の	しその葉、実 (2g) の	2025/5/1
73 頁	下段右 3 行目	2025 年から	2026 年から	2025/5/1
77 頁	見出し (品目) 下部 1 行目	カイワレ大根: イソ チオシアメネート	カイワレ大根: イソ チオシアメネート	2025/3/5
90 頁	下段右 6 行目	葉には栄養が豊富に 含まれ	削除	2025/5/1
103 頁	表中 28 行目	グリコシルセラミド (パイナップル由来 グリコシルセラミ ド)	グルコシルセラミド (パイナップル由来 グルコシルセラミ ド)	2025/5/1
109 頁	コラム 8 行目		消費者庁: https://www.fld.caa .go.jp/caaks/s/cssc 01/ を加筆	2025/5/1
111 頁	本文 4 行目	特にビタミン C は野 菜や果実からしか摂 れないため、重要な 補給源です。	特にビタミン (A、 C、K)、葉酸、カリウ ム、食物繊維は野菜 や果実が重要な補給 源です。	2025/5/1
112 頁	表中 3 行目	$25.0 \leq \text{BMI} < 30.0$ 肥満	$25.0 \leq \text{BMI} < 35.0$ 肥満	2025/5/1
112 頁	表中 4 行目	$30.0 \leq \text{BMI} < 35.0$ 高度肥満	$35.0 \leq \text{BMI}$ 高度肥満	2025/5/1
115 頁	表中 15 行目	耐組織の	体組織の	2025/5/1
118 頁	表		基準値の修正 ※別表 2 をご参照く ださい	2025/5/1
119 頁	表中 7 行目	トマト、にんじんな ど	トマト、金時にんじ んなど	2025/5/1
125 頁	表中 2 行目	よく噛んで食べるこ とが食の満足感と満 腹感を導くので肥満 になりにくい。	腸内フローラの腸内 での住処を作ると共 に、保水性があり便 を柔らかくする。よ く噛んで食べる必要 があり満腹感があ る。	2025/5/1
125 頁	表中 7 行目	ネバネバした性質 が、一緒に食したも のを包み込み、胃腸 内をゆっくり移動す るため、血糖値スパ	善玉菌のエサとなり 腸内環境を整える。	2025/5/1

		イクを抑制する。満腹感を導くので肥満になりにくい。		
121 頁	表中 15 行目	アボガド	アボカド	2025/5/1
129 頁	表中 6 行目			
131 頁	表中 9 行目			
135 頁	表中 6 行目			

以上

別表 1

橙（オレンジ）の野菜：かぼちゃ、にんじんなど		
橙の野菜	含まれる主な成分	主な働き
かぼちゃ、にんじん	β -カロテン	夜間の視力維持、肌や粘膜を健康に保つ効果があると報告されている。
オレンジパプリカ	β -クリプトキサンチン	骨代謝の働きを助けることにより骨の健康維持に役立つことが報告されている。

別表 2

mmHg	収縮期血圧	拡張期血圧
正常血圧	<120	かつ <80
正常高値血圧	120-129	かつ <80
高値血圧	130-139	かつ/または 80-89
高血圧	≥ 140	かつ/または ≥ 80