

# 生活習慣病・メタボリックシンドロームの予防と改善のための 保健指導者ハンドブック 正誤表

---

本書に下記の誤りがありました。お詫びして、訂正いたします。

P191 右段「▼基礎代謝量の低下分を意識して」の本文5行目

(誤) 3,000kcal→(正) 30,000kcal

P192 右段「▼食事の内容を見直しましょう」 [副業] の行  
P194 右段「▼和食中心で、規則正しい食事を」の本文1行目  
P195 左段「▼不足しがちな野菜を十分に」の本文1行目

(誤) 海草→(正) 海藻

P194 左段「▼4つの生活習慣を改善しましょう」  
『1.まず最初に禁煙すること』の本文5行目

(誤) 保健適応→(正) 保険適応

P196 右段上の表中

(誤)

健診項目	数値
中性脂肪(TG)	250mg/dl
AST(GTP)	53 IU/ℓ
ALT(GOT)	35 IU/ℓ

(正)

→

健診項目	数値
中性脂肪(TG)	250mg/dl
ALT(GPT)	53 IU/ℓ
AST(GOT)	35 IU/ℓ