

お詫びと訂正

『最新改訂版 腎臓病の人のための ひと目でよくわかる食品成分表』をご購入いただき、誠にありがとうございます。同書の初刷～3刷にて、野菜を加熱した際のカリウムの減少率の数値に誤りがありました。正しくは下記のとおりです。

●カリウムの減少率			
掲載ページ	食材名	誤	正
P77	グリーンピース	変化なし	9%減
	さやえんどう	20%減	23%減
	小松菜	78%減	75%減
P78	豆苗	56%減	63%減
P80	ブロッコリー	51%減	49%減
	モロヘイヤ	54%減	55%減
	水菜	23%減	36%減
	カリフラワー	46%減	47%減
P82	キャベツ	54%減	59%減
	ごぼう	34%減	40%減
P83	たまねぎ	36%減	41%減
	とうがん	変化なし	9%減
	とうもろこし	変化なし	10%増*
P84	なす	17%減	18%減
	白菜	25%減	48%減
P85	大豆もやし	69%減	74%減
P89	せり	54%減	58%減

●加熱調理による栄養成分の変化				
掲載ページ	食材名	項目	誤	正
P90	グリーンピース (ゆで)	重量	10 g	9 g
		エネルギー	10kcal	9kcal
		たんぱく質	0.6 g	0.5 g
		カリウム	34mg	31mg
P90	小松菜 (ゆで)	カリウム	79mg	90mg
P91	にんじん (生)	重量	145g	135g
		エネルギー	51kcal	41kcal
		たんぱく質	0.7 g	0.8g
		カリウム	435mg	365mg
	にんじん (ゆで)	重量	126g	117g
		エネルギー	37kcal	33kcal
		たんぱく質	0.5 g	0.6g
		カリウム	340mg	281mg
	とうもろこし (ゆで)	重量	85 g	97 g
		エネルギー	81kcal	92kcal
		たんぱく質	2.2g	2.5g
		カリウム	247mg	281mg*

●にんじんの栄養成分			
掲載ページ	項目	誤	正
P79	重量	可食部145g	可食部135g
	エネルギー	51kcal	41kcal
	リン	38mg	34mg
	たんぱく質	0.7g	0.8g
	炭水化物	9.9g	8.4g
	水分	129.2g	121.1g
	カリウム	435mg (ゆでると22%減)	365mg (ゆでると23%減)

*日本食品標準成分表2020年版(八訂)では、とうもろこし100gあたりのカリウム量は「生」「ゆで」とともに290mgですが、ゆでると重量が増えるため、本書では加熱後のほうが多い数値となっています。

読者の皆様、ならびに関係者の皆様にご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。今後も皆様に安心してお使いいただける書籍をお届けできるよう努めてまいります。

●本件に関してのお問い合わせ先

株式会社 Gakken

大人の学び事業部 趣味・実用書編集課

電話 03 - 6431 - 1223