

**小椋 真理 (おぐら まり : OGURA Mari)**

食物栄養学科

**【職 名】** 教授

**【最終学歴】** 同志社大学生命医科学研究科生命医科学専攻修了

**【学 位】** 修士(理学)

**【専門分野】** 給食経営管理、抗加齢医学、スポーツ栄養学

**【担当科目】** 食物基礎、食事計画論、キャリアデザイン、マナー・コミュニケーション、給食管理実習 I・II、栄養士校外実習事前事後指導、栄養士校外実習

**【所属学会】** 日本栄養改善学会、日本抗加齢医学会、糖化ストレス研究会、給食経営管理学会

**【研究課題】**・個人:糖化ストレスと食品・食事に関する研究

・共同:抗糖化作用が期待される食品の探索と食事内容の検討

**【主な教育研究及び社会的活動】**

(1) 著書:

- ・こんなときどうする?できる管理栄養士70のスキルアップ術、共著、化学同人(2008.10)
- ・食生活のソーシャルイノベーション、共著、晃洋書房(2020.12)

(2) 論文:

- ・グレープフルーツ摂取の食後血糖推移への影響、筆頭著者, Anti-Aging Medicine 8(5), pp.60-68,(2011.9)
- ・Influence of beef bowl (gyudon) materials on postprandial blood glucose. 筆頭著者, Glycative Stress Research 3 (4): 210-221 (2016.12)
- ・Effect of melatonin intake on postprandial blood glucose in the breakfast. 筆頭著者, Glycative Stress Research 5(2): 75-81, 2018.

(3) 学会発表:

- ・体育会学生寮における栄養管理プログラム～6年間の経過を報告～、共同、日本栄養改善学会、北海道(2009.9)
- ・グレープフルーツ摂取の食後血糖推移への影響、共同、日本抗加齢学会、神奈川県(2011.6)
- ・指導士プログラム講演「老いないオイルの使い方」、単独、日本抗加齢学会、福岡県(2015.5)

(4) 教育方法の実践例:アスリートにおける栄養管理および食事提供のあり方について

〈概要〉大学生およびジュニアアスリートに対して栄養管理および食事提供を行っている。  
対象者への栄養教育・施設における給食の運営方法について検討。(2002.10～)

(5) 社会的活動:

- ・「小学校における食育の取り組み方」豊中市立寺内小学校(2009.3～2016.3)
- ・「オイルとアンチエイジング」日本抗加齢学会指導士研修会講師(2016.11)
- ・「食べる基礎体力をつけよう」京都サンガ F.C.U-15 入団式講演(2018.3～)

(6) 教科書の作成:

- ・スポーツ健康科学入門、共著、金華堂(2020.4)
- ・給食経営管理論第5版、共著、化学同人(2021.3)

**【その他特記事項】**

- (1) 学内活動:食物栄養学科学科長(2020.4～)、教学委員(2020～)、実習指導委員(2017～)