

小椋真理 (おぐら まり : MARI OGURA)

食物栄養学科

【職 名】 准教授

【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】 給食管理実習 I・II、食事計画論、栄養士校外実習、卒業研究

【所属学会】 日本栄養改善学会、日本抗加齢医学会、日本体力医学会、糖化ストレス研究会

【研究課題】・個人:糖化ストレスと食品・食事に関する研究

・個人:抗加齢簡易診断システム”Aging Fit”の開発・運用に関する研究

・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:

- ・活躍する管理栄養士 16 人のキャリアデザイン、共著、文理閣(2005.8)
- ・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)

(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)
- ・Anti-glycation Activity of Various Fruits, 共著, Anti-Aging Medicine 10(4), pp.70-76(2013.8)
- ・Influence of beef bowl (gyudon) materials on postprandial blood glucose. 筆頭著書, Glycative Stress Research 3 (4): 210-221 (2016.12)

(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ユース選手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)
- ・「きょうと食育ネットワーク」近畿農政局・京都府農林水産部共催(2010.6)
- ・「スポーツ選手の食事」関西リトルリーグ連盟主催研修会講師(2015.6)
- ・「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(2017.3)

(6) 教科書の作成:

- ・給食経営管理論【第4版】、共著、化学同人(2016.4)
- ・給食経営管理論実習、共著、医歯薬出版株式会社(2016.9)