

小椋 真理（おぐら まり：OGURA Mari）

ライフデザイン総合学科

【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】ライフデザイン総合論、ライフデザイン総合演習、初年次セミナー、食事計画論、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、研究ゼミナールⅠ・Ⅱ

【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) : pp.210-221 (2016.12)
- ・Effect of melatonin intake on postprandial blood glucose in the breakfast. 筆頭著者, Glycative Stress Research 5 (2): pp.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:食物栄養学科長(2020.4～2023.3)、自己点検・評価委員長(2024.4～)