

【監修者】五十音順

岩瀬 靖彦(いわせ やすひこ)

1982年より東京農業大学栄養科学科勤務。1984年に日本栄養改善学会学会賞受賞。

現在は城西大学大学院薬学研究科医療栄養学専攻教授、東京農業大学多職域栄養士研究会会長、各学会評議員(日本健康体力栄養学会、日本栄養改善学会、日本栄養・食糧学会、日本給食経営管理学会)を務める。

著書に『健康増進・病気予防の基礎と臨床』(ライフ・サイエンス・センター)、『栄養指導技術マニュアル』(学建書院)、『食品－医薬品相互作用ハンドブック』(丸善)などがある。

塩塚 宏治(しおつか こうじ)

1985年より東京都学校栄養職員として小中学校4校歴任。

1987年に学校給食優良校文部大臣賞受賞。1994年より4年間、東京都教育庁勤務。

現在は、東京都栄養教諭として東京都武蔵村山市教育委員会・武蔵村山市第七小学校兼務、東京都学校給食研究会会長、東京都栄養士会副会長を務める。

共著書に『小学生・中学生向け食事バランスガイド』(農林水産省)などがある。

森田 基嗣(もりた もとじ)

1983年より国語科教諭として東京都公立中学校4校の勤務を経て、現在は新宿区立四谷中学校に勤務。

【執筆者】五十音順

坂本 靖子(さかもと やすこ)

1976年より東京都学校栄養職員として小中学校7校歴任。1990年より食育研究に取り組む。

2006年に栄養教諭免許取得。2008年度東京都健康づくり功労学校給食優秀賞受賞に貢献。

現在江戸川区内小学校に勤務。管理栄養士。

千葉 幸子(ちば ゆきこ)

1974年より東京都学校栄養職員として小学校6校歴任。1990年より食育研究に取り組む。

2006年栄養教諭免許取得。2009年に東京都健康づくり功労個人表彰受賞、第2回農林水産省地産地消給食メニューコンテストにて生産局長賞と審査委員特別賞受賞。現在江戸川区内小学校に勤務。

中庄 里梨(なかしょう さとり)

1998年より保育園栄養士として食育を始める。クリニックでの栄養指導を経て、現在は株式会社東洋システムサイエンス食育担当、NPO法人食育推進協会事務局担当として食育に携わる。管理栄養士、サプリメントアドバイザー。

【イラスト】

さかもと かるお

2005年より広告ディレクターの仕事に携わり、現在イラストレーターとして活動中。

雑誌のカットイラストを始め、ITニュースの漫画執筆等にも携わる。