

所属・氏名（ 健康科学部 医療栄養学科 氏名：中村 亜紀 ）

著書、学術論文等の名称	単著 共著 の別	発行又は発表 の年月	発行所、発表雑誌 等又は発表学会等 の名称	概 要
1 (著書) 睡眠環境学入門	共著	2023年6月	全日本病院出版会	<p>著書全体の概要:日常生活パターンによる睡眠や、多様な勤務や就労状態の中での睡眠に関する関心が高くなってきた。本書では、衣食住・医療を踏まえた睡眠環境の充実が大切であることから、多方面から睡眠についての様々な最新の情報を解説した。(総ページ数:270頁) (著書全体の著者名:日本睡眠環境学会睡眠教育委員会/編)</p> <p>担当部分の概要:「時間栄養学とスポーツー世代別・競技別の食事・睡眠のタイミング」を担当し、スポーツにおける食事と睡眠のタイミングについて解説を行った。また、世代別の留意点や競技別のコンディショニング法について述べた。 (担当ページ:pp.212～216、単著)</p>
2 (著書) 快眠研究と製品開発、社会実装	共著	2022年6月	株式会社エヌ・ティー・エス	<p>著書全体の概要:睡眠は健康や社会経済活動と深く関連し、国民の重要な生活課題の一つである。本書は睡眠に関わる基礎研究の解説と睡眠教育、製品開発、サービス提供について最新動向を詳解した。(総ページ数:812頁) (著書全体の著者名:田中秀樹、岩城達也、白川修一郎/編)</p> <p>担当部分の概要:「スポーツ・運動栄養学ー時間栄養学と競技別の推奨プラン」を担当し、競技別の食事と睡眠のタイミングについて解説した。 (担当ページ:pp.147～152、単著)</p>
3 (著書) 栄養科学シリーズ NEXT「運動・スポーツ栄養学」第4版	共著	2021年3月	講談社サイエンティフィック	<p>著書全体の概要:栄養科学シリーズ NEXT は栄養士や管理栄養士を目指す学生の教科書シリーズであり、「スポーツ・運動栄養学」は、アスリートに対してだけでなく健康増進、リハビリ等のための運動に対する栄養学についてまとめられた。 (総ページ数:175頁) (著書全体の著者名:中村亜紀、青井渉、加藤秀夫、中坊幸弘/編)</p> <p>担当部分の概要:全体の編集を担当した。また、下記の内容について担当した。 (担当ページ:「運動・スポーツにおける栄養マネジメント」pp.3-5(共著)、「運動・スポーツ栄養と体のリズム」pp.15-25(共著)、「運動種目別の栄養管理」pp.101-107(単著)、「女性の運動・スポーツと栄養」pp.117-119(単著))</p>
1 (報告・発表) カフェテリア食は健康か不健康か	共著	2023年9月	第70回日本栄養改善学会学術総会(名古屋)	<p>成長期の雌雄ラットを用い、普通食、高脂肪食、高砂糖食の嗜好性について時間栄養学的観点と飼育環境の違いによる検討を行った。時間帯による嗜好性の差は認められなかったものの、孤食となる個別飼育では、高脂肪食を好む食行動がみられた。 (佐藤梨沙、渡邊真衣、出口佳奈絵、中村亜紀、前田朝美、共同研究につき本人担当部分抽出不可能)</p>