

Q2 以前の友子で入力した数値を、V21 で利用することはできるでしょうか。

A2 以下のようにすれば、V21 の成分値として見ることができます。

- ・パソコンに新しいバージョンの友子をインストールしても、以前のバージョンで入力した食事記録は、以前のバージョンのまま開くことができます。
- ・以前のバージョンの「友子」ファイルにある入力データを、新しい友子の成分値で見するには、下記の要領でデータをコピーして使います。

友子 V7									友子 V21								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
MENU	春子	分量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カリウム		MENU	春子	分量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カリウム	
	H28/6/1	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)			R3/6/8	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	
No.	食品名	1日合計	1721	71.7	50.4	246	3621		No.	食品名	1日合計	1614	72.2	50.4	244	3620	
6	01026	食パン	80	158	5.6	2.6	28.0	58	6	01026	食パン	80	149	5.3	2.5	27.8	52
7	06182	トマト果実生	70	13	0.5	0.1	3.3	147	7	06182	トマト果実生	70	14	0.5	0.1	3.3	147
8	06065	きゅうり生	20	3	0.2	0.0	0.6	40	8	06065	きゅうり生	20	3	0.2	0.0	0.6	40
9	06214	にんじん根皮むき生	20	7	0.2	0.0	1.7	54	9	06214	にんじん根皮むき生	20	6	0.2	0.0	1.7	54
10	06153	たまねぎ生	15	6	0.2	0.0	1.3	23	10	06153	たまねぎ生	15	5	0.2	0.0	1.3	23
11	02017	じゃがいも生	50	29	0.9	0.1	8.8	205	11	02017	じゃがいも皮なし生	50	30	0.9	0.1	8.7	205
12	07040	オレンジネーブル果汁	60	29	0.5	0.1	7.1	108	12	07040	オレンジネーブル果汁	60	29	0.5	0.1	7.1	108
13	07012	いちご生	50	17	0.5	0.1	4.3	85	13	07012	いちご生	50	16	0.5	0.1	4.3	85
14	16045	コーヒー 浸出液	200	8	0.4	0.0	1.4	130	14	16045	コーヒー 浸出液	200	8	0.4	0.0	1.4	130
15	13005	牛乳 加工乳 低脂肪	100	46	3.8	1.0	5.5	190	15	13005	牛乳 加工乳低脂肪	100	42	3.8	1.0	5.5	190
16	13025	ヨーグルト 全脂無糖	120	74	4.3	3.6	5.9	204	16	13025	ヨーグルト 全脂無糖	120	67	4.3	3.6	5.9	204
17	04029	きな粉	20	90	7.3	5.1	5.7	400	17	04029	きな粉黄大豆 全粒大豆	20	90	7.3	5.1	5.7	400
18	07082	ブルーベリー 乾	10	21	0.2	0.0	6.2	73	18	07082	ブルーベリー 乾	10	21	0.2	0.0	6.2	73
20	01063	マカロニ・スパゲッティ 乾	85	322	10.4	1.6	62.8	170	20	01063	マカロニ・スパゲッティ乾	85	295	11.0	1.5	62.1	170
21	11131	大型豚もも皮下脂肪なし 生	60	89	12.9	3.6	0.1	216	21	11131	大型豚もも皮下脂肪なし 生	60	83	12.9	3.6	0.1	216
22	06153	たまねぎ生	40	15	0.4	0.0	3.5	60	22	06153	たまねぎ生	40	13	0.4	0.0	3.4	60
23	06214	にんじん根皮むき生	35	13	0.3	0.0	3.0	95	23	06214	にんじん根皮むき生	35	11	0.3	0.0	3.0	95
24	06160	チンゲンサイ葉生	60	5	0.4	0.1	1.2	156	24	06160	チンゲンサイ葉生	60	5	0.4	0.1	1.2	156
25	06247	赤ピーマン(パプリカ)生	45	14	0.5	0.1	3.2	95	25	06247	赤ピーマン(パプリカ)生	45	13	0.5	0.1	3.2	95
26	13033	カテージチーズ	5	5	0.7	0.2	0.1	3	26	13033	カテージチーズ	5	5	0.7	0.2	0.1	3
27	17036	トマトケチャップ	10	11	0.2	0.0	2.8	38	27	17036	トマトケチャップ	10	11	0.2	0.0	2.8	38

[例] V7 のファイルと V21 のファイルを 2 つ開いて、並べる。

- ①食品番号の部分のみ範囲指定してコピー、
→相手方の同じ先頭位置に貼り付ける (相手方で食品名が表示される)
- ②分量の部分のみ範囲指定してコピー、
→相手方の同じ先頭位置に貼り付ける (相手方で成分値が表示される)

54 行から 60 行の部分のデータも、白いセルはそのままコピーして、相手の同じ位置に貼り付ける

多くの食品番号は共通しているのでバージョンが違っても同じ食品名が出るが、新しい成分表で食品名が変わっているものについては新しい食品名が出る。

一部、新しいバージョンでは存在しない食品番号があり、その場合はエラー値 (#N/A) が表示される。

ある行でエラー値が表示されると、上部紫色の 1 日合計もエラーになってしまうので、その食品番号は消去するか変更する。

新しいバージョンの成分値は、見直されて変わっているものがあるので、上図のように 1 日合計の計算値は変わることがある。