

平成31年度

小論文

(90分)

短期大学部 食物栄養学科

解答はすべて解答用紙に記入すること

注意事項

- 1、試験開始の合図があるまで、この問題用紙を開かないこと。
- 2、問題用紙は、表紙を含めて3ページである。
- 3、解答用紙は、2枚である。2枚とも解答すること。
- 4、受験番号・氏名は、監督者の指示に従って記入すること。
- 5、問題用紙の余白等は適宜使用してよい。

問題 (その1)

短期大学部 食物栄養学科

次の文章を読んで後の問いに答えなさい。

生物を取り巻く明暗、気温などの環境は、約 24 時間の周期で変動しています。これに伴い生体機能には昼夜の日内^(a) リズム (サーカディアンリズム) が備わっています。生物が自律的なリズムを持つことは、次にくる状態を予測し、それに対しての準備を可能にしています。

一方、食生活のリズムは、栄養素の消化・吸収やその⁽¹⁾ タイシャにかかわる酵素の働きなどにリズムを作ります。たとえば、小腸の二糖類分解酵素 (消化酵素) は食物を摂取して酵素活性が上昇するのではなく、毎日同じ時刻に食事を摂取するうちに食事時刻になると高くなり、食事を受け入れる準備をしています。

つまり、1日3食規則正しく食事をとることは、生活リズムを⁽²⁾ キザむ原動力となり食事の効果を高めることになり、^(b) ケンコウと深くかかわっています。

また、人は昼間に活動し、夜間には眠るという1日のリズムを基本としていますが、中には夜遅い食事のため^(c) チョウショク欠食者が多くいます。チョウショクを欠食すると1日の生活リズムが乱れると同時に、血糖値の低下から空腹感が増します。そのため、昼食や夕食を多くとり急激に血糖値が上昇しますが、これを脂肪に変えるため肥満が起きることになります。肥満患者に見られる夜食症候群は摂食リズムが⁽³⁾ ケツジョしている例です。

さらに、食事回数については、1日2回食べた場合と、同じエネルギー量を3回、4回に分けて食べた場合では、食事回数が少ないほど1回に食べる食事量が多くなり、体脂肪量の増加につながります。

このように、日内リズムと食生活のリズムは密接にかかわっているのです。

中嶋洋子 監修 『栄養の教科書』新星出版社より 一部抜粋

問1 本文中の_____を引いた語句 (1) (2) (3) のカタカナを漢字に、_____を引いた語句 (a) (b) (c) のカタカナを英単語 (すべて小文字) にそれぞれ直しなさい。

問2 この文章を読み、あなた自身の考えを 400 字位内にまとめなさい。

ただし、句読点を 1 字に数える。

問題 (その2)

短期大学部 食物栄養学科

下の表は、食品を選択する際に重視することを示したものです。この表を見て、次の問いに答えなさい。

食品を選択する際に重視すること

(複数回答)

	該当者数	鮮度	価格	安全性	国産	おいしさ	好み	季節感・旬	天然素材・自然素材	栄養価	地産	分量・大きさ	生産者・食品メーカー	簡便性(手間がかからない)	環境への配慮	見栄え	特にない	わかからな	計(M.T.)
	人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
[全世代] 総数	1,874	66.3	64.0	55.7	54.8	47.9	45.4	43.2	27.9	26.0	21.9	21.7	21.7	15.1	7.8	5.7	3.2	1.2	529.5
[性別] 男性	828	53.7	55.4	45.8	43.5	47.5	48.2	31.4	20.9	18.6	15.0	16.8	18.0	12.2	6.0	4.7	5.9	1.9	445.5
女性	1,046	76.2	70.7	63.6	63.8	48.2	43.2	52.6	33.5	31.8	27.4	25.6	24.7	17.4	9.3	6.4	1.1	0.6	596.0
[若い世代(20~39歳)] 総数	350	51.4	75.4	50.0	38.9	55.4	51.1	36.0	18.3	24.6	10.6	28.0	16.9	18.6	3.4	9.1	2.3	0.3	490.3
男性(20~39歳)	146	39.7	65.1	41.8	26.0	50.7	54.1	28.8	13.0	17.8	8.9	24.7	13.0	16.4	2.7	7.5	4.8	0.7	415.8
女性(20~39歳)	204	59.8	82.8	55.9	48.0	58.8	49.0	41.2	22.1	29.4	11.8	30.4	19.6	20.1	3.9	10.3	0.5	-	543.6
[性・年齢] (男性)																			
20~29歳	63	28.6	61.9	36.5	17.5	46.0	55.6	23.8	7.9	19.0	3.2	27.0	7.9	20.6	-	9.5	7.9	-	373.0
30~39歳	83	48.2	67.5	45.8	32.5	54.2	53.0	32.5	16.9	16.9	13.3	22.9	16.9	13.3	4.8	6.0	2.4	1.2	448.2
40~49歳	142	52.1	65.5	44.4	35.2	51.4	55.6	31.0	23.2	16.9	12.7	21.1	15.5	14.8	7.0	5.6	1.4	1.4	454.9
50~59歳	127	59.8	62.2	52.0	46.5	46.5	47.2	36.2	15.0	21.3	17.3	17.3	20.5	11.8	6.3	7.1	2.4	-	469.3
60~69歳	207	55.1	54.1	47.3	53.6	44.9	45.9	32.4	26.1	17.4	16.9	13.0	23.7	11.6	7.2	2.4	7.2	1.9	460.9
70歳以上	206	59.7	38.8	44.2	49.5	45.6	41.7	29.6	23.3	19.9	17.5	11.7	16.0	8.3	6.3	2.9	10.7	4.4	430.1
(女性)																			
20~29歳	82	45.1	81.7	48.8	39.0	65.9	53.7	32.9	13.4	29.3	6.1	36.6	17.1	19.5	2.4	17.1	-	-	508.5
30~39歳	122	69.7	83.6	60.7	54.1	54.1	45.9	46.7	27.9	29.5	15.6	26.2	21.3	20.5	4.9	5.7	0.8	-	567.2
40~49歳	185	77.3	83.8	66.5	61.1	48.1	43.2	53.5	25.9	28.1	21.1	28.1	21.6	21.6	9.2	7.0	-	0.5	596.8
50~59歳	183	85.8	78.1	76.0	68.9	54.1	42.1	57.9	38.8	33.9	32.8	27.9	31.7	18.6	10.4	6.6	-	-	663.4
60~69歳	220	84.1	73.2	72.3	74.5	45.0	47.3	62.3	44.1	38.2	40.9	25.9	30.9	20.9	15.9	6.8	0.5	0.5	683.2
70歳以上	254	74.8	44.1	51.2	65.4	38.2	35.8	48.8	35.0	29.5	29.1	18.1	20.5	8.3	7.1	2.4	3.5	1.6	513.4

食育に関する意識調査報告書 (平成 29 年 3 月 農林水産省) から引用

問 1 全世代において、「栄養価」は重視する人の割合 (%) を高いものから順に並べるとすべての項目の中で何番目になりますか答えなさい。

問 2 性別データにおいて、男性と女性のどちらが「安全性」を重視する割合 (%) が高いですか答えなさい。

問 3 若い世代 (20 ~ 39 歳) の女性 (20 ~ 39 歳) が重視することを、割合 (%) が高いものから順に 1 位から 3 位まで答えなさい。

問 4 性・年齢別データにおいて、「おいしさ」を重視する人の割合 (%) が最も高い性別とその年齢帯を答えなさい。

問 5 上の表に示した「鮮度」から「見栄え」までの 15 項目の中から、あなたが食品を選択する際に重視することを 3 つ挙げて、その理由を 200 字以内で述べなさい。