

令和5年度

小 論 文

(60分)

栄 養 科 学 部 栄 養 科 学 科

解答はすべて解答用紙に記入すること

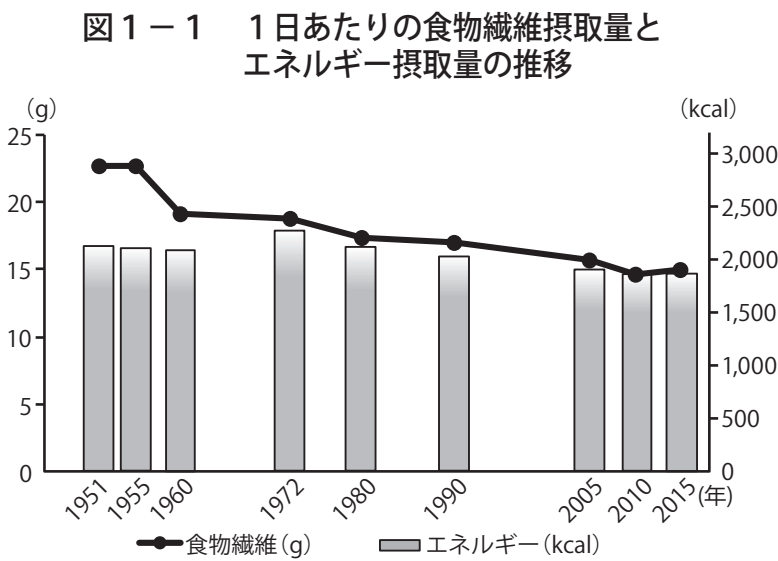
注意事項

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）

栄養科学部 栄養科学科

食生活の欧米化とよばれる食事内容の変化に伴い、食物繊維は、摂取量に変化してきた食品成分の一つです。近年では、食物繊維の摂取不足によって生活習慣病をはじめとした疾病にかかる危険性が高くなることが認められています。図1－1は、日本人の1日あたりの食物繊維摂取量とエネルギー摂取量の推移を示したものです。表1－1は、100gあたりの食品群別の食物繊維含有量とエネルギー含有量を示したものです。表1－2は、若年女性（20～29歳）の食品群別の1日あたりの摂取量と目安量、および食物繊維量を示したものです。それぞれの図表をよく読んで、以下の設問に答えなさい。



（資料：厚生労働省「平成17年、平成22年、平成27年国民健康・栄養調査報告」と「Nishimune T et al., J Nutr Sci Vitaminol, 1993, 39, 263-278」より作成）

表1－1 100gあたりの食品群別の食物繊維含有量とエネルギー含有量

食品群	食物繊維 (g)	エネルギー (kcal)
穀類	0.7	181
いも類	2.0	75
豆類	1.8	114
種実類	7.4	519
野菜類	1.9	25
果実類	1.4	63
きのこ類	4.1	18
肉類	0.0	219
卵類	0.0	151

（資料：厚生労働省「平成30年国民健康・栄養調査報告」より一部改変して作成）

表1－2 若年女性（20～29歳）の食品群別の1日あたりの摂取量と目安量、それぞれに含まれる食物繊維量

食品群	穀類	いも類	豆類	種実類	野菜類	果実類	きのこ類	肉類	卵類
摂取量 (g)	366.1	47.5	54.4	1.5	240.0	50.6	15.3	121.9	36.4
食物繊維量 (g)	(A)	(1.0)	(1.0)	(B)	(4.6)	(0.7)	(0.6)	(0.0)	(0.0)
目安量 (g)	550.0	60.0	80.0	3.0	350.0	130.0	20.0	60.0	60.0
食物繊維量 (g)	(3.9)	(1.2)	(1.4)	(0.2)	(6.7)	(C)	(0.8)	(0.0)	(D)

注1) 目安量とは、1日に摂取することが望ましい量を示す。
注2) () 内の数値は、各食品群の摂取量と目安量に含まれる食物繊維量を示す。
（資料：摂取量は厚生労働省「平成30年国民健康・栄養調査報告」より平均摂取量を抜粋し、目安量は厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2020年版）」と「平成30年国民健康・栄養調査報告」より算出）

- 設問1. 図1－1より、日本人の1日あたりの食物繊維摂取量とエネルギー摂取量の年次推移の特徴を60字以内で記述しなさい。句読点、括弧、数字、英字は1文字とし、一マス使用すること。
- 設問2. 表1－1の100gあたりの食品群別の食物繊維含有量とエネルギー含有量に着目して、野菜類と肉類の違いについて50字以内で記述しなさい。句読点、括弧、数字、英字は1文字とし、一マス使用すること。
- 設問3. 表1－1の100gあたりの食品群別の食物繊維含有量と、表1－2の若年女性（20～29歳）の食品群の1日あたりの摂取量と目安量より、表1－2の（A）、（B）、（C）、（D）の食物繊維量（g）を求めなさい。（答えは、小数第2位を四捨五入し、小数第1位までとすること。）
- 設問4. 表1－2の食品群別の1日あたりの食物繊維の摂取量と目安量の差に着目して、若年女性（20～29歳）の1日あたりの食物繊維の摂取量を効率的に増加させるためには、どのような食生活の改善が必要か、80字以内で記述しなさい。句読点、括弧、数字、英字は1文字とし、一マス使用すること。

問 題（その2）

栄養科学部 栄養科学科

わが国では、「栄養・食生活」を含め6つの分野における生活習慣および社会環境の改善の目標が「健康日本21（第二次）」に示され、国民の健康増進の総合的な推進が図られています。そのうち「身体活動・運動」分野の目標の1つに「日常生活における歩数の増加」が示されています。しかし、目標まで1日あたり1,000～2,000歩程度不足している現状です。表2－1は、1日あたりの歩数（歩／日）の現状について、都市規模別に年齢階層ごとに示したものです。表2－2は、日常生活における移動手段のうち公共交通機関の利用頻度を都市規模別に示したものです。表2－3は、各種生活サービスの利用に対して不満を持つ者の割合を都市規模別に示したものです。以下の設問に答えなさい。

表2－1 都市規模別・年齢階層別の1日あたりの歩数

	政 令 指 定 都 市 等 (歩／日)	人口15万人 以上の市 (歩／日)	人口5万人以上 15万人未満の市 (歩／日)	人口5万人 未 満 の 市 (歩／日)
30歳代	7,001	6,794	6,549	6,220
50歳代	(A)	6,812	6,628	6,449
70歳代	(B)	4,707	4,190	4,076

注1) 歩数（歩／日）は、各年代の男女の中央値を示す。
注2) 「都市規模」は地方自治法を基に区分され、左から都市規模の大きい順で示す。
注3) 「政令指定都市等」は、政令指定都市および東京23区特別区を示す。
(資料：国土交通省「まちづくりにおける健康増進効果を把握するための歩行量（歩数）調査のガイドライン（2017年）」より一部改変して作成)

表2－2 都市規模別の日常的なバスや鉄道などの公共交通機関の利用頻度

	政 令 指 定 都 市 等 (%)	人口10万人 以上の都市 (%)	人口10万人 未 満 の 都市 (%)
ほぼ毎日利用する	22.3	12.0	6.6
1週間に数回利用する	18.1	7.7	2.0
1か月に数回利用する	21.8	13.5	11.6
自家用車等（自動車・オートバイ等）を使うの でほとんど利用しない	29.5	57.4	72.3
出かける機会が少なく、 ほとんど利用しない	8.3	9.4	7.5

注1) 18歳以上を対象とした調査結果であり、数値は全調査対象者に対する割合（％）を示す。
注2) 「都市規模」は地方自治法を基に区分され、左から都市規模の大きい順で示す。
注3) 「政令指定都市等」は、政令指定都市および東京23区特別区を示す。
(資料：内閣府「公共交通に関する世論調査（2017年）」より一部改変して作成)

表2－3 都市規模別の生活サービスの利用に対して不満を持つ者の割合

	政令指定 都 市 等 (%)	人口10万人 以上の都市 (%)	人口10万人 未 満 の 都市 (%)
店舗・商店が集積しておらず一 箇所で買い物を済ませられない	18.5	21.6	26.3
金融機関、役所、病院などの施 設が集積しておらず一度に用事 を済ませられない	30.8	36.3	39.5
店舗・商店の品揃えがよくない	20.8	21.5	29.7
休憩できるスポットがないなど 快適に過ごせない	22.0	21.7	19.0
子ども連れに配慮されておらず、 子どもを連れて行きづらい	6.6	7.0	6.4
高齢者等に配慮されておらず、 高齢者等が過ごしにくい	14.3	15.8	14.3
人とのコミュニケーションが少ない	12.4	12.6	11.1
公共交通機関で行きづらい	8.7	25.7	32.3

注1) 20歳以上を対象とした調査結果であり、数値は質問に対して「はい」と回答した割合（％）を示す。
注2) 複数選択回答の結果のため、数値の合計は必ずしも100％にはならない。
注3) 「都市規模」は地方自治法を基に区分され、左から都市規模の大きい順で示す。
注4) 「政令指定都市等」は、人口200万人以上の政令指定都市を示す。
(資料：国土交通省「国土交通白書（2009年）」より一部改変して作成)

- 設問1. 表2－1において、政令指定都市等の50歳代の歩数（A）は、政令指定都市等の30歳代の歩数の107.53％であり、政令指定都市等の70歳代の歩数（B）は（A）の68.81％である。歩数（A）（歩／日）と（B）（歩／日）を求めなさい。（答えは、小数第1位を四捨五入し、整数とすること）。
- 設問2. 表2－1において、歩数と都市規模の関係に着目して、都市規模からみた歩数の傾向について40字以内で記述しなさい。句読点、括弧、数字、英字は1文字とし、一マス使用すること。
- 設問3. 設問2で述べた都市規模からみた歩数の傾向に関与していると考えられる要因について、表2－2から考えられる背景を80字以内で記述しなさい。句読点、括弧、数字、英字は1文字とし、一マス使用すること。
- 設問4. 表2－1における都市規模が小さい市に居住する成人の歩数を増加させる社会環境の整備について、表2－2と表2－3の両方から考えられる具体策を130字以内で記述しなさい。句読点、括弧、数字、英字は1文字とし、一マス使用すること。