

令和2年度 推薦入試  
食保健学科 小論文問題 解答例

設問Ⅰ

問1 ①摂取エネルギー1,000 kcal あたりの食物繊維摂取量は、男女ともにもっとも摂取量の低い年代は15-19歳である。②最も高いのは男性80歳以上で、女性70-79歳である。③もっとも高値を示す70-79歳の女性においてさえ、9.9g/日であり目標摂取量(14g/1,000 kcal)には全く達していない。④すべての年代で男性が女性より少ない。⑤その差は60代が最も大きく、1.9gである。(190字)

参考値	15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
食物繊維摂取量 (g/1000 kcal)	5.59	6.42	6.06	6.97	6.14	7.42	6.27	7.6
	50-59歳		60-69歳		70-79歳		80歳以上	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
食物繊維摂取量 (g/1000 kcal)	6.61	8.29	7.35	9.20	8.32	9.89	8.68	9.19

問2 食物繊維は、穀類、いも類、野菜類、果実類、きのこ類、海藻類、豆類などに多く含まれている。

問3 摂取した食物繊維は腸管の蠕動運動を刺激することで、排便を促進する。コレステロールや糖の吸収を抑制することで、食後血糖値の上昇抑制や血中コレステロール濃度低下作用を有する。(85字)

問4 [若年者で低いことと、男<女であることの問題点を解決する方法について書いていること。文章が論理的であること。誤字脱字がないこと。]  
①摂取食品の種類増加させること(米飯やパンなどの主食に、全粒穀物を利用することで大幅な食物繊維摂取量の増量につながる)②調理方法の工夫(加熱調理により食材の体積を減らすことで、一度に摂取できる食物繊維の量は増える)③食環境整備(給食、中食、外食で食物繊維豊富なメニューの増加)④食教育および食情報(栄養教諭による食育、家庭科教育など)⑤栄養補助食品(サプリメント)の利用(190字)

設問Ⅱ

問1 ①○ ②○ ③× ④× ⑤○

問2 持続可能な農業システムの目的は生態学的資本との共生関係を築き、生態学的資本が食料生産を支援する能力に影響を与えることなく、それが提供する資源を利用することを学ぶことです。

問3 健康に関する懸念、ならびに従来の産業用農業の環境への影響にもたらす持続可能性は、さらなる持続可能な代替物を開発への努力をもたらした。

問4 自然の生態を反映または統合する食料生産システム

問5 [論理的かどうか。一貫性があるか。意見の根拠が示しているか。誤字脱字がないこと。]  
持続可能でなければ、未来の世代の生活が成立しないので、持続可能であることは大事だと考える。農業は人類の食糧問題と密接に関連し、食糧供給が保証されていないと人々は安心して生活することができない。従来の農業は、環境を破壊してしまうため持続できない。安定した食糧供給と環境保護のために持続可能な農業は大切だと考える。