

令和6年度山形県立米沢栄養大学 一般選抜（前期日程）

小論文試験問題

注意事項

1. 試験開始の合図があるまで、問題冊子の中を見てはいけません。
2. 試験開始後、監督者の指示に従い、解答用紙に受験番号を記入してください。
3. 問題冊子及び解答用紙を確認し、印刷不鮮明や汚れなどがあれば交換しますので、手を挙げて監督者に申し出てください。また、試験の途中で解答用紙が破れた場合など、解答用紙の交換を希望する場合は、試験終了20分前までに申し出てください。
4. 試験中、健康上の理由により試験の続行が困難になった、トイレに行きたくなった、筆記用具を落とした、質問がある、などの場合は、手を挙げて監督者に申し出て、その指示に従ってください。
5. 青色の下書き用紙は、適宜利用してください。
6. 試験終了後、問題冊子及び下書き用紙は持ち帰ってください。

【問題 1】 次の文章を読み、以下の問い（問 1～2）に答えなさい。

下記は、日本人の健康状態や生活習慣、栄養素摂取量を把握するために厚生労働省が実施する全国調査「国民健康・栄養調査」と、厚生労働省が発表している「妊産婦のための食生活指針」などを基にした資料である。

表 1 女性のエネルギー・野菜・葉酸 摂取量平均値（/日、年齢階級別）

年代	20～29 歳	30～39 歳	40～49 歳	50～59 歳	60～69 歳	70～79 歳
摂取エネルギー* (kcal)	1600	1673	1729	1695	1784	1771
野菜摂取量 (%)	(a)	63.8	68.9	74.5	88.5	89.8
葉酸摂取量 (%)	(b)	97.1	102.9	118.3	136.7	145.0

*厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査」より

女性の低体重（やせ）は、早産やその女性から生まれる児の低出生体重などのリスクを高めることが報告されている。わが国の若年女性は朝食の欠食割合が高いほか、エネルギー摂取量も少なく、やせの割合が高いという現状にある。

エネルギー及び各栄養素の摂取量の基準を示す「日本人の食事摂取基準（2020 年版）」（厚生労働省）における、各栄養素の必要量や推奨量と、「令和元年国民・健康栄養調査」における摂取量を比較したところ、日本人の若年女性はエネルギー、栄養素等の摂取が十分ではない。

また、妊娠を希望する女性は、胎児の神経管閉鎖障害発症リスク低減のために、ビタミンの葉酸を十分に摂取する必要がある。表 1 において、野菜摂取量は、健康づくりの指標である「健康日本 21」（厚生労働省）における摂取目標量 350g に対する割合（%）で示し、葉酸摂取量は、「日本人の食事摂取基準（2020 年版）」における成人の推奨量 (c) μg に対する割合（%）で示している。30 歳未満の女性の葉酸摂取量は推奨量に達しておらず、葉酸の摂取源の一つである緑黄色野菜の摂取量も十分ではない。野菜の摂取量は、表 1 に示す全ての年代において、摂取目標量 350g を下回っており、20～29 歳の年代では最も少なく 212.2g であった。葉酸の摂取量は、70～79 歳の年代で最も多く 348 μg であったが、20～29 歳の年代で最も少なく 226 μg であった。

このような妊娠前から妊娠期におけるエネルギーおよび栄養素摂取量の不足が、胎児の発育に影響を与えることが危惧されている。胎児期の発育が十分でなかった場合、成人後に肥満、循環器疾患、2 型糖尿病などの生活習慣病の発症リスクが高まる可能性があることが報告されている。

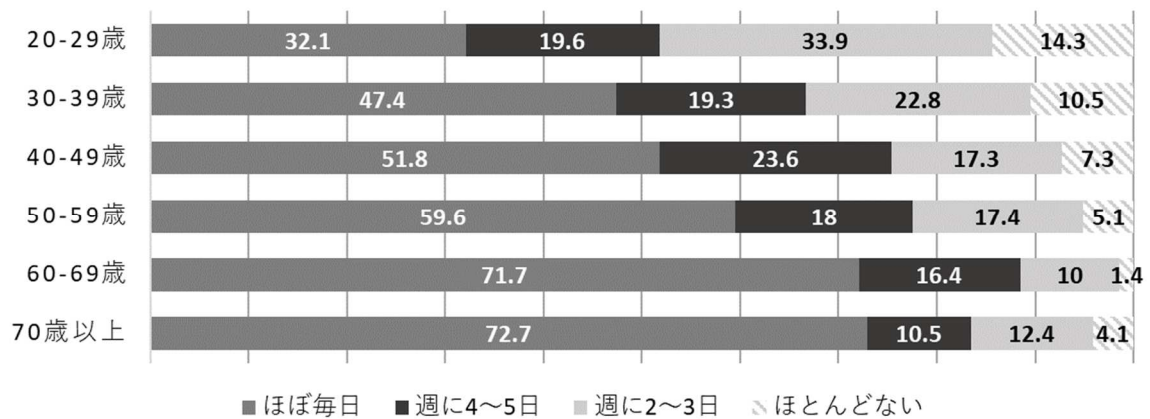


図1 主食・主菜・副菜の揃った食事が1日に2回以上ある頻度(%, 女性、年齢階級別)

*

*農林水産省「食育に関する意識調査報告書」(平成31年3月)より

【出典】

厚生労働省「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針 ～妊娠前から、健康なからだづくりを～」解説要領(令和3年3月)抜粋、改変

問1 (a)、(b)、(c)の数値を答えなさい。なお、(a)、(b)は小数点第1位まで、(c)は整数で答えなさい。

問2 早産や低出生体重児の出産、また胎児の発育への悪影響を防ぐため、どのようなことが重要だとあなたは考えますか。本文および表1と図1を踏まえて、理由とともに240字～280字で述べなさい。

【問題2】次の英文を読んで、以下の問いに答えなさい。

The health benefits of fruit, vegetables, (①), and (②) have long been known. Campaigns around the world ③encouraging “five a day.” meaning five portions of fruit and vegetables, strive to¹⁾ explain the significance of diet in healthy living. But research has suggested that food is just one component in the formula²⁾ of longevity³⁾.

The single most important factor seems to be environmental. Studies have suggested that a thriving⁴⁾ economy provides the conditions for healthier lifestyles and environmental preservation⁵⁾. Given⁶⁾ favorable economic conditions, clean air and water, sanitation⁷⁾, housing, and access to arable⁸⁾ land may all contribute to how long a person can expect to live. Moreover, social networks and relationships can provide psychological well-being⁹⁾ and are therefore conducive¹⁰⁾ to longer life.

In addition to one's environment, ④the second important factor is a person's genes¹¹⁾. Genetics¹²⁾ decides the degree of protection a person has against age-related diseases such as dementia¹³⁾ or cancer. Specifically, this means the number of defensive antioxidants¹⁴⁾ a person has, the level of correct DNA repairing that occurs, and the amount of insulin¹⁵⁾ that powers energy use.

It is clear that the environment heavily influences longevity in combination with genetic luck. Aging populations¹⁶⁾ confirm that people are living longer, but whether they can aspire to¹⁷⁾ live as long as Jeanne Louise Calment¹⁸⁾ is another matter entirely.

【出典】 宍戸真他, "AFP World Focus—Environment, Health, and Technology—", pp.16-17, 成美堂, 2017 年 (問題作成のために一部改変)

【注】

- 1) strive to: ～しようと努めている, 2) formula: 数式, 公式, 3) longevity: 長寿,
4) thriving: 繁栄している, 5) preservation: 保全, 維持,
6) Given～: もし～が与えられたならば, 7) sanitation: (公衆)衛生,
8) arable: 耕作に適する, 9) psychological well-being: 心理的幸福感,
10) conducive: ～のためになる, ～に資する, 11) gene: 遺伝子,
12) genetics: 遺伝学, 13) dementia: 認知症,
14) antioxidants: 抗酸化物質(活性酸素を取り除き、酸化の働きを抑える物質),
15) insulin: インスリン, 16) aging populations: 高齢化する人口,
17) aspire to: ～を志す, ～を望む,
18) Jeanne Louise Calment: 人名。ジャンヌ＝ルイーゼ・カルマン。世界で最も長生きしたとされる女性。

問1 (①)及び(②)に入ると考えられる食材名を日本語で書きなさい。順番は問いません。

問2 下線部③はどのようなことか、本文を踏まえ、日本語で具体的に説明しなさい。

問3 下線部④について、個人が持つ遺伝子は、どのように寿命に影響を与えるのか、本文を踏まえ、日本語で具体的に説明しなさい。

問4 次のア～エから、本文の内容と合致しないものをすべて選び、記号で答えなさい。

ア 人間の寿命に関わる最も重要な要因は食物である。

イ 経済状況がよければ、より健康的なライフスタイルや環境の保全が人々に提供され、それが寿命に影響を与える。

ウ 人が持つ社会的なネットワークや関係性が寿命に影響を与えることはない。

エ 環境が遺伝的な幸運さと組み合わせることで、寿命は大きく影響される。