

令和8年度 第1次 一般選抜における専門試験 出題意図等

健康栄養学研究科

試験問題の出題意図及び解答のポイントについて

(1) 応用栄養学

(出題意図)

日本人の食事摂取基準は、国民の健康の保持・増進、生活習慣病の予防を目的としたエネルギー・栄養素摂取量を示す重要なものである。また、5年に1度の改訂では、我が国の情勢やそれを踏まえた健康・栄養政策と連動がなされている。そのため、食事摂取基準の根幹を理解しつつ、最新の「日本人の食事摂取基準（2025年版）」の方向性を理解しているかを把握することが出題の意図である。

(解答のポイント)

以下について記述されている。

- ・日本人の食事摂取基準は、健康増進法に基づき、厚生労働大臣が定めている。
- ・日本人の食事摂取基準は、国民の健康の保持・増進、生活習慣病の予防のために参照するエネルギー及び栄養素の摂取量の基準を示すことを、策定の目的としている。
- ・「日本人の食事摂取基準（2025年版）」が踏まえている健康・栄養政策として、令和6年度から開始した健康日本21（第三次）が挙げられる。この方針として、生活習慣の改善、主要な生活習慣病の発症予防・重症化予防の徹底を図るとともに、社会生活を営むために必要な機能の維持・向上等の観点も踏まえた取組の推進が挙げられている。

(2) 栄養教育論

(出題意図)

健康行動を促すソーシャルサポートについて、その種類を含む基本的知識と、それが減量をアウトカム（結果目標）とする対象者に対して、どのように適用できるかの理解度を把握することが出題の意図である。

ソーシャルサポートの基本的知識をもとに、事例への適用の仕方を具体的に説得力を持って示せるかを把握する。

(解答のポイント)

- ・減量につながる標的行動を促進するソーシャルサポートを「専門家」と「家族・

友人など身近な周囲」それぞれの観点から具体的内容で挙げられている。

- 挙げられたソーシャルサポートの内容の種類(①情動的、②情動的、③道具的、④評価的)が記載されている。

(3) 給食経営管理論

(出題意図)

給食施設において、人件費・食材費の高騰などにより、生産システムの変更や給食業務の外部委託化が進んでいるが、近年は、人手不足や働き方改革などにより、食事の一部を加工品や完調品を購入するアッセンブリーサーバシステムの導入施設が増加している。

そのため、近年の社会情勢や給食施設における生産システムの変化や動向をつかみ、生産システムの内容を理解しているかを把握することが出題の意図である。

まず、アッセンブリーサーバシステムがどのようなものかという基礎的な知識の有無を把握する。さらに、従来の方式であるクックサーバシステムとの違いを説明させることによってアッセンブリーサーバシステムを導入することによるメリット等を適切に理解しているかを把握する。

(解答のポイント)

- アッセンブリーサーバシステムとは、自施設または関連のセントラルキッチンで調理した料理を提供するのではなく、関連のない他施設で調理した完調品(調理済み食品)や加工食品を購入し、自施設の給食として利用者に提供するシステムであることを記述する。
- アッセンブリーサーバシステムは、完調品や加工食品を購入するため、自施設での調理がほとんど不要となり、再加熱、あるいはそのまま盛付け、配膳できること。一方、従来方式であるクックサーバシステムでは、食材を購入し、下処理、調理、盛付け、配膳するシステムであること。したがって、両者を比較すると、アッセンブリーサーバシステムでは、調理作業する人員の削減、勤務時間の短縮が可能となることを記述する。

(4) 食品学

(出題意図)

保健機能食品とは、国が定めた基準に則り、健康の維持または増進に役立つ特定の機能があることについて、その表示が認められた食品である。本問題は、機能性食品のうち、これら基準が設けられた食品について出題することにより、機能性食品に対する知識と関心度について把握するとともに、科学的根拠に基づい

た機能性食品による健康の保持・増進のための基礎となる知識を有しているかどうかを把握することを意図している。

(解答のポイント)

- ・機能性を表示できる食品として、栄養機能食品、特定保健用食品、機能性表示食品の3種類が正しく記載されている。
- ・保健機能食品は健康の維持または増進に役立つ特定の機能があるという表示が認められた食品で、国が定めた基準に則って、健康の維持または増進に役立つ機能を表示できる。上記の3種類は、それぞれ国が定めた基準に違いがある。
- ・それぞれの基準を正確に挙げて、その違いについて記載されている。

(5) 基礎栄養学

(出題意図)

腸内環境を整えることにより健康に寄与するプロバイオティクスとプレバイオティクスを含む食品は機能性食品として広く利用されている。本問題は、これらを含む食品とその機能性について出題することにより、機能性食品に対する知識と関心度について把握するとともに、科学的根拠に基づいた機能性食品による健康の保持・増進のための基礎となる知識を有しているかどうかを把握することを意図している。

(解答のポイント)

- ・腸内細菌叢に有益な影響を及ぼす食品として、善玉菌自体を供給する「プロバイオティクス」と、善玉菌の生育とその活性を促進するものを供給する「プレバイオティクス」との違いを理解した上で記述している。
- ・プロバイオティクスの例として乳酸菌やビフィズス菌を含む食品、プレバイオティクスの例として水溶性食物繊維やオリゴ糖を含む食品など、具体的な例が挙げられている。
- ・健康に対する効果として、整腸作用や、免疫活性化作用、ミネラル吸収促進作用などの機能性が記載されている。

(6) 公衆栄養学

(出題意図)

- ・人間の食行動や食事に関連する多面的な要因があること、その要因を構造的に捉えることができる基礎的な知識を持つことを把握する。
- ・より効果的な対策を提案できるかどうかで、栄養政策への関心を把握する。
- ・改善すべき要因(課題)に対して、的確な政策を論理的に考え、論拠とともに

説明できる思考力、表現力、発信力を把握する。

(解答のポイント)

- ・日本人の野菜摂取量が増加しない要因について、実態に即して、個人の内的な要因（知識、態度、スキル等）から環境的な要因までが多面的に構造的に記述されている。
- ・要因と政策が対応して記述されている。全ての要因について対策が記述されている必要はないが、一部の要因を取り上げる場合はその理由について記載する。
- ・要因について、政策提案をする際に、何故その政策がその要因を変えることに有効と考えるか論理的に説明できている。

(7) 公衆衛生

(出題意図)

働く世代の健康問題についての理解、日本の働く世代をとりまく環境が、健康に与える影響を多角的にとらえ、個人レベルでの対策、企業の対応、国の政策レベルでの対策を論理的に提案できる思考力を問う。

(解答のポイント)

背景：日常的な忙しさの中で、自分たちの健康状態に注意が及ばず、簡単な食事ですます、運動不足、睡眠不足の可能性がある。

○個人レベルの対策

定期的な健康診断の受診等をきっかけに自らの健康状態を把握し、管理する能力を高めることが重要である。そのためには具体的には減塩、野菜の摂取を増やすなどの食事、歩行時間を延ばす、ストレスへの理解、ストレスへの対処方法の学び、質の良い睡眠のための学びの場を提供する。

○企業レベルの対策

長時間労働を防止するために、適切な労働時間の管理（残業時間を減らす、休みの時間をつくるなど）、テレワークなど多様な働き方の推進をする。

利用者に応じた食事提供を行う社員食堂等を増加、健康的な宅配弁当を普及させるなど働き世代の食生活の改善を支援する。

○国レベルの対策

健診実施率をあげることを企業にすすめ、個人の健康の振り返りを促す、ストレスチェック制度を活用し、メンタルヘルス不調になることを予防、自分のメンタルの振り返りを促す。「健康経営」を活用し、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することを企業に促す。

（８）公衆衛生学

（出題意図）

生活習慣病の予防対策において、対象集団に対する一次予防のためのアプローチ方法はハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの２つに大別される。これらのアプローチに関する基本的知識と、これらを適用したわが国での取り組みに関する理解度を把握することが出題の意図である。

まず各アプローチの概要を記述させることによって基本的知識の有無を把握する。さらに食が関連する分野において各アプローチを適用した保健事業での実際の取り組み内容を説明させることにより、当該分野での我が国の保健事業に関する知識や、保健事業において各アプローチを適用した取り組みを正しく理解しているか、また、その内容を解りやすく説得力を持って説明できるか把握する。

（解答のポイント）

- ・生活習慣病の一次予防対策を行う対象集団において、予防対象とする疾病に罹患するリスクが高い個人・集団を抽出して生活習慣改善や服薬等の予防活動を働きかけるのか、予防対象とする疾患の罹患リスクの高さに関わらず、予防に寄与する活動の実践や習慣化を対象集団全体に働きかけるのかという観点から、区別して記述する。
- ・各アプローチの利点や課題について、その概要を記述する。
- ・我が国では食と関連した健康課題への対策として、国レベルや地域レベルで多くの保健事業が行われている。その中から、各アプローチが採用されている例を１つまたは複数挙げる。
- ・一つの保健事業の中で両方のアプローチが取られている場合には、その保健事業の中で、どのような取り組みがどちらのアプローチに該当するのか、区別して記述しても良い。
- ・例としてあげた保健事業がどのような疾患を一次予防の対象にしているのか、予防のために具体的にどのような取り組みが行われているか簡潔に、かつ各取り組みの内容を各アプローチの考え方と総合性をとって記述する。