

令和4年度  
小論文  
(生活科学科 食物栄養専攻)

9 : 3 0 ~ 1 1 : 0 0

注意事項

- 1 試験開始の合図があるまで、問題冊子、解答用紙に手を触れてはいけません。
- 2 この問題冊子は4ページで、解答用紙は提出用と下書き用が1枚ずつあります。1枚は下書き用として使用してください。
- 3 試験開始の合図があったら、まずページ数、枚数を確認し（足りない場合は、手を挙げて監督者に知らせること）、解答用紙に受験番号を記入してください。
- 4 試験中に、印刷の不鮮明な箇所やページの脱落などに気づいた場合は、手を挙げて監督者に知らせてください。
- 5 解答は、解答用紙に横書きで記入してください。
- 6 解答用紙の提出用・下書き用はいずれも回収します。
- 7 試験終了後、問題冊子と受験票は持ち帰ってください。

## 課題

英国では、1990 年後半から、国民にうす味を勧めるのではなく、英国中の食パンの食塩含有量をごくわずかずつ減らす活動が官民一体になって展開されてきた。朝食用シリアルや調味料（ケチャップやソース）などもこれになった。これは集団への方策と呼ばれている。一方、日本で行われてきた方法は、家庭での味付けをうすくしてもらうなど、個人に減塩を促す方法で、個人への方策と呼ばれている。（東京大学医学部健康総合科学科『社会を変える健康のサイエンス 健康総合科学への 21 の扉』2016 年，東京大学出版会，pp. 118-120 による。）

図 1 は、日本人（20 歳以上）の平成 19～29 年（2007～2017 年）の食塩摂取量の平均値の変化を表している。また、図 2・3 は、英国の 2001～2011 年の減塩方策の結果を表している。「日本人の食事摂取基準（2020 年版）」では、現在一日の食塩摂取の目標量は、20 歳以上の男性 7.5 g 未満，女性 6.5 g 未満となっている。しかしながら、この目標量を達成するには様々な努力が必要と思われる。

図を見て日本と英国の減塩に関するそれぞれの現状を具体的な数値を示しながら述べるとともに、日本人の食塩摂取量を減らす方法として、どのような方法があると思われるか、あなたの考えを 800 字以内で述べなさい。

図 1 食塩摂取量の平均値の年次推移（20 歳以上）平成 19～29 年（2007～2017 年）

【省略】

（医薬基盤・健康・栄養研究所 『国民健康・栄養の現状－平成 29 年厚生労働省国民健康・栄養調査報告より－』 2019 年，第一出版，p. 47）

図2 減塩対策が実施された期間における英国の食パンの食塩含有量(g/100g)の推移

【省略】

図3 英国における食塩摂取量，血圧，心筋梗塞・脳卒中死亡率の推移

【省略】

(東京大学医学部健康総合科学科『社会を変える健康のサイエンス 健康総合科学への  
21の扉』2016年，東京大学出版会，p.119)

