

次の問題1～問題4のうち1つを選んで、解答しなさい。

解答用紙には、問題1～問題4のどれを選択したか明記して解答すること。

### 問題1

下表は、1955年と2018年の食品群別の食物繊維摂取量を示したものである。この表に関する以下の問に答えなさい。

本部分については  
著作権上の制約により  
掲載することができません。

出典

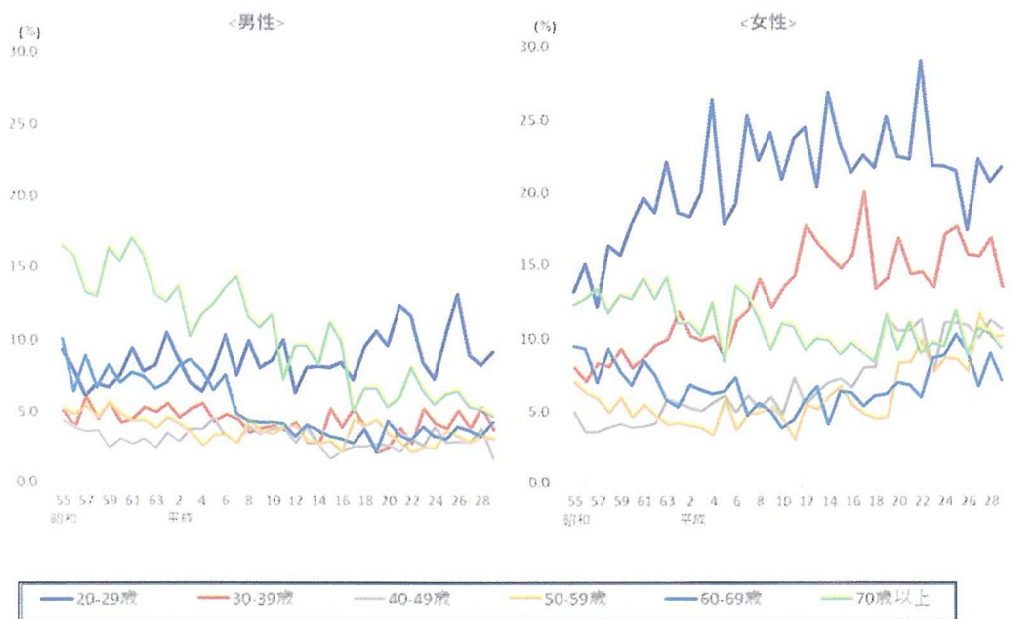
平成30年国民健康・栄養調査

池上幸江：日本食物繊維研究会誌, 1, 3 (1997)のデータを一部引用

- 問1. 表から食物繊維摂取量の変化についてどのようなことが言えるか考察しなさい。
- 問2. 日本人の食事摂取基準(2020年版)では食物繊維の目標量は男性21g、女性18g以上/日(18歳～64歳)である。2018年度の男女平均の食物繊維摂取量の結果よりどのようなことが問題となるか考察しなさい。
- 問3. 表の食品群の中から一つ選び、それに含まれる食物繊維の種類、主な生理機能について述べなさい。

問題 2

年齢階級別やせ (BMI < 18.5) の占める割合の年次推移



出典：平成 29 年国民健康・栄養調査報告より作成

問 1. 上記のグラフから、日本におけるやせ (BMI < 18.5) の割合の現状を記述し、その原因について根拠のある見解を述べなさい。

問 2. 食生活とやせのリスクについて疫学研究を行う場合、緊急課題として誰を対象とするべきか述べ、その理由について考察しなさい。

問 3. 問 2 で挙げた対象者に、食生活とやせのリスクについて疫学研究を行う場合、どのような研究デザインが考えられるかを、具体的に述べなさい。

**問題3**

以下の文章を読み問1から問3の解答を記述しなさい。

管理栄養士などの専門職が参画し、地域で高齢者の介護予防・フレイル対策、認知症予防事業として、適切な栄養管理を行う「健康支援型配食サービス」の地域での展開が支援されている。

具体的には、1.地域の共食の場やボランティア等も活用した、適切な栄養管理に基づく健康支援型配食サービスを推進し、地域高齢者の低栄養・フレイル 予防にも資する、効果的・効率的な健康支援につなげる。

2.咀嚼機能等が低下した高齢者等に向けた健康な食事の普及を図る。ことが示されている。

令和元年「国民健康・栄養調査」では、食塩摂取量の平均値は10.1gであり、この10年間でみると、男性では有意に減少、女性では平成21～27年は有意に減少、平成27～令和元年は有意な増減はみられない。

また、令和元年「国民生活基礎調査」では、通院者率(人口千対)は年齢階級が高くなるにしたがって上昇し、「80歳以上」で730.3となっている。疾患別にみると、男性では「高血圧症」での通院者率が最も高く、次いで「糖尿病」「歯の病気」、女性では「高血圧症」が最も高く、次いで「脂質異常症(高コレステロール血症等)」「眼の病気」となっている。

問1. 高齢者の介護予防・フレイル対策、認知症予防事業として地域での「健康支援型配食サービス」を推進することの意義について述べなさい。

問2. 咀嚼機能等が低下した高齢者等に向けた健康な食事の普及を図るための「健康支援型配食サービス」の内容を考えなさい。

問3. 「健康支援型配食サービス」が地域で効果的・効率的な共食につながる場となるようにあなたの考える活用イメージを図で示しなさい。

**出典**

令和2年度 都道府県等栄養施策担当者会議資料

令和元年度 国民健康・栄養調査の概況

令和元年度 国民生活基礎調査の概況

#### 問題4

厚生労働省が発表した2019年の平均寿命は、男性81.41歳、女性87.45歳であり、健康寿命は平均寿命に比べ男女ともに約10年短くなっている。

また、平成29年の患者調査によると悪性新生物、糖尿病、脂質異常症、高血圧性疾患、心疾患、脳血管疾患、肝疾患、慢性腎臓病などを合わせると2,070千人であった。一方、令和元年度の医療費は約40兆円と膨大となっている。

生活習慣病の患者を減らすことが医療費削減につながり、健康寿命の延伸にも寄与することが期待されている。

高齢社会において、生活習慣病を予防し、医療費の削減に導き、健康寿命の延伸に向けた一次予防を実現する取り組みが急務となっている。

問1. 上記の設問に対して、管理栄養士としてすべきことについて考えを述べなさい。  
ただし、問2の解答と重複しないこと。

問2. 下記の2つの設問から1つ選び考えを述べなさい。

- 1) 高齢者に特有な栄養障害を引き起こす要因および対策について記述しなさい。
- 2) 食事は生命維持・成長・発育に大変重要である。しかし、食べ方によっては健康状態に大きな影響を及ぼす。そこで、外食・中食(持ち帰り弁当)・事業所給食などで健康的な食環境を提案する対策について記述しなさい。

出典

令和元年度簡易生命表の概況 厚生労働省

平成29年(2017)患者調査の概況 厚生労働省