

**2023年度**  
**一般推薦入試**  
**(健康プロデュース学部 健康栄養学科)**  
**小論文 (100点・90分)**

資料1は20歳以上の日本人一人あたりの食塩摂取量の現状と日本人の食事摂取基準の目標量を示した表である。また、資料2は日本人がどのような食品から食塩を摂取しているかを割合で表したグラフである。これらをもとに次の問いに答えなさい。なお、問1と問2をあわせて800～1000字で書きなさい。

**問1**

資料1の表から、20歳以上の日本人一人あたりの食塩摂取量の「現状平均」、「2015年度版日本人の食事摂取基準」および「2020年度版日本人の食事摂取基準」の食塩摂取量の目標量である。数字を比較して、20歳以上の日本人の食塩摂取量における問題点について書きなさい。

資料1. 20歳以上の日本人一人あたりの食塩摂取量の現状と目標量

性別	現状平均※	日本人の食事摂取基準 (2015年度版)	日本人の食事摂取基準 (2020年度版)
男性	10.9g	8g未満	7.5g未満
女性	9.3g	7g未満	6.5g未満

出典) 厚生労働省: ※「令和元年度国民健康・栄養調査」より作成  
「2015年度版日本人の食事摂取基準」「2020年度版日本人の食事摂取基準」より  
抜粋

## 問 2

資料 2 のグラフから、自分で加減できる「見える食塩」と既に製造段階で添加されている「見えない食塩」の割合を見て、私たちが減塩するにはどのようにしたら良いか述べなさい。

この部分に記載されている文章については著作権法上の  
問題から公表することができませんので、ご了承願います。