

入試年度	2026	入試方式	一般（春季）	課程	博士前期
研究科	家政学	専攻	食物栄養学	領域（分野）	
出題のねらい・解答例					
1. 食事は脳の薬 ― 神経学への関連と応用 脳の健康に対する食事の重要性は神経内科医によって益々認識されているが、多くの神経疾患では健康的な食事をとる能力が損なわれている。「食は薬」と呼ばれる新たな構想は、された取り組みは、神経疾患を有する人々の健康的な食生活を促進し、脳の健康を改善・維持する可能性を秘めている。 我々の多くは健康的な食事を摂っていない。米国では90%の人が、果物と野菜の1日推奨摂取量よりも少ない量しか摂取しておらず、健康的な食事スコアにおいて低い点数となっている。アメリカ人の70%は過体重または肥満である。不適切な食事は慢性疾患や健康格差の主要要因であり、特に少数民族集団や低所得者層でその傾向が強い。神経科内科医は益々食事が、脳の健康、すなわち、脳卒中、アルツハイマー病およびその他の認知症、パーキンソン病、多発性硬化症などの疾患の予防・管理に、特に重要であると益々認識するようになってきた。増加する研究結果（エビデンス）がこの考えを支持している。例えば、観察研究は、地中海食または類似の食習慣の遵守が、脳卒中や認知症のリスク低下と関連していることを示しており、ある無作為化試験では、地中海食が脳卒中リスクを約40%減少させることが示された。同様に、低脂肪食や抗炎症作用を有するその他の食事パターンは多発性硬化症患者の疲労感や病状の進行を軽減し、地中海食は中等度から重度のうつ病患者の症状を改善した。 2. 「食は薬」のアプローチは、従来の食事指導を主とするアプローチとは対照的である。第一の介入は、特定の栄養素の必要性を満たすように作られた食事を個人に直接届ける「医療調整食」である。これはフレイルや身体障害がある人や自炊が困難な人に適している。第二の介入は、「農産物処方箋」であり、これはお店で果物や野菜を購入できる引換券である。 これらの介入の有効性を示す研究結果はまだ限定的だが、増えてきている。ある比較対照試験では「医学的に調整された食事を1日1食提供」することが心不全・糖尿病・慢性腎臓病に部分的に有益であった。これらの介入の臨床的效果と費用対効果をより明確にするために、米国心臓協会は「食による医療」と呼ばれる研究構想を立ち上げている。 3. Currently, healthcare professionals often provide only dietary guidance to improve patients' eating habits. However, compliance with this guidance is typically quite low. In contrast, the “Food is Medicine” initiative is expected to be more effective because it directly delivers healthy or medically tailored meals to individuals. I found this to be an excellent intervention. Providing vouchers for the purchase of fruits and vegetables also struck me as a very effective approach. One major challenge is that implementation requires substantial funding. Governments must secure adequate financial resources to carry out this initiative. However, investing tax revenue in the “Food is Medicine” program may reduce healthcare costs in the long run, thereby lowering overall government spending. The article also emphasized the importance of verifying cost-effectiveness, which I found convincing. In addition, I believe that in Japan, rather than eliminating the consumption tax on all food items, it would be more appropriate to eliminate the tax only on fruits and vegetables as healthy foods. As I hope to become a registered dietitian in the near future, I am very pleased that the American Heart Association strongly recognizes the importance of diet, actively implements interventions, and promotes research to establish a solid evidence base.					