

(解答例)

1. 人が健康に生きるために、量は少なくても良いが、絶対に摂取しなくてはならない栄養素を何というか？ どのような種類があるか？

必須微量栄養素：必須脂肪酸，不可欠アミノ酸，ビタミン，ミネラル，食物繊維がある

2. 厚生労働省が定めている日本人の食事摂取基準の2015年改訂において、生活習慣病の発症予防に加えて目的に入ったのは何か？

生活習慣病の重症化予防

3. 個人レベルの栄養素摂取量を推定するには、食事調査によって食品ごとの摂取量を推定するだけでは不十分で、別に求めておいた各食品の栄養素の組成（100グラム当たりの、各栄養素の含有量）と掛け合わせて合計する必要がある。後者を一覧表の形で提供しているものを何と呼ぶか？

食品成分表

4. ヒトの鉄栄養状態の評価には循環鉄と貯蔵鉄の両方の指標値を評価する必要がある。貯蔵鉄の指標として通常血清検査で用いられるのは何という物質の濃度か？

フェリチン