（別紙）論文・エッセイ記載例

MS 明朝 14 Pt

＜表題＞日本人の若者の食事調査報告

MS 明朝　10.5

＜所属を示す名称：所属があれば＞楽しい薬膳の会

＜氏名＞　　　国際薬膳　花子

MS 明朝　12 Pt

＜要旨＞（エッセイでは要旨は不要）

MS 明朝 10.5

現在の日本でにありながら食べ方による問題が多く起っている。とくに若い女性に「やせ」が多いとの結果がある。このことから、身近な若者について食事調査を行い現状を見ることにした。

結果 1）朝食の欠食は、男性 31.8%　女性 21.4%であり、この結果は国民栄養調査（2004）20～29 歳男性 34.2%、女性 22.0%の結果とほぼ同じ結果であった。

2）1 日に食べた食品品目数は、朝は、男性 2.6 品目、女性 3.6 品目、昼は、男性 5.8 品目、女性 6.0 品目、夕食は男性 6.7 品目、女性 7.9 品目であった。

3）1 日に食べた食品品目数では、男性は 16～20 品目が 54.5%と多く、女性では 10 品目以下は 10%で 11～15 品目　28.9%、16～20 品目　31.2%で 11～25 品目が約 6 割で、26 品目以上も 9.2%あった。男性と女性では女性の方が多く、このことは女性の方が食する料理の種類が多いと推測される。

（本文）

MS 明朝 10.5

1. はじめに

現在、日本では男女共に平均寿命は世界一の長寿国であり、65 歳以上の人が 5 人に 1 人という。食糧事情は、外国からの輸入に頼っているとはいえ、日々の食物を入手することさえ困難だった 1945 年頃では考えられないほど豊かになったといえる。溢れる食品の中で生活しているといっても過言ではない。しかし、「食事の在り方」に原因と考えられる問題が山積し、その上、豊富な食品に囲まれてはいても国民が健康的な食生活をしているかといえば、必ずしも健康的な食生活をしているとはいえない現状がある。

（　*以下、文章は続きます。*）

△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△
△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△△