

2026年度 酪農学研究科 博士課程 第2期入学試験問題

(必修： 健康栄養学 ) 受験番号： \_\_\_\_\_

【出題の意図】

問題1 運動のエネルギー源であるアデノシン三リン酸（ATP）を再合成する3つのエネルギー供給過程について説明してください。

スポーツ栄養学の基礎となるエネルギー源の再合成についての理解度を確認した。

問題2 グリコーゲンローディングについて説明してください。

持久的な運動のパフォーマンスを高めるために必要なスポーツ栄養学的なアプローチのうち、運動の前日までの推奨法であるグリコーゲンローディングの理解度を確認した。

問題3 運動誘発性低血糖（インスリンショック）について説明してください。

持久的な運動のパフォーマンスを低下させる恐れのある運動当日の糖質摂取に伴う運動誘発性低血糖（インスリンショック）の理解度を確認した。

問題4 持久的な運動後4時間以内にグリコーゲンを回復させるために適した栄養摂取方法について説明してください。

持久的な運動のパフォーマンスを高めるために必要なスポーツ栄養学的なアプローチのうち、運動後4時間以内にエネルギー源を回復するための推奨法の理解度を確認した。

問題5 持久的な運動後、翌日までにグリコーゲンを回復させるために適した栄養摂取方法について説明してください。

持久的な運動のパフォーマンスを高めるために必要なスポーツ栄養学的なアプローチのうち、運動後翌日までにエネルギー源を回復するための推奨法の理解度を確認した。