

平成24年保育士試験問題


小児栄養

(選択式20問)

指示があるまで開かないこと

解答用紙記入上の注意事項

- 1 解答用紙と受験票の受験番号が同じであるか、カナ氏名・科目名・会場名・教室名を確認し、誤りがある場合は手を挙げて監督員に申し出ること。
- 2 漢字氏名を必ず記入すること。
- 3 解答用紙は、折り曲げたりメモやチェック等の書き込みをしないこと。
- 4 鉛筆またはシャープペンシル（HB～B）で、濃くはっきりとマークすること。
鉛筆・シャープペンシル以外での記入は、0点になる場合があります。

(良い例) …  (濃くマークすること。はみだしは厳禁)

(悪い例) … 

- 5 各問に対し、2つ以上マークした場合は不正解とする。
- 6 訂正する場合は、「消しゴム」であとが残らないように消すこと。

問1 次の文のうち、「食生活指針」(平成12年：文部省、厚生省、農林水産省)の一部として適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 間食や夜食はやめましょう。
- B 手作りとお外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。
- C たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、糖質をとりましょう。
- D 栄養成分表示を見て、栄養機能食品を選ぶ習慣を身につけましょう。
- E 賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	○	○	×	×	○
2	○	×	○	○	×
3	○	×	×	○	×
4	×	○	○	×	○
5	×	○	×	×	○

問2 次の文は、「平成20年国民健康・栄養調査報告」における「1-6歳」、「7-14歳」、「15-19歳」の三つの年齢階級（男女別）の、栄養素等摂取量及び食品群別摂取量に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 「1-6歳」における食塩の摂取量は、男女ともに、5g以上である。
- B 「1-6歳」では、たんぱく質摂取量のうち動物性（たんぱく質）の割合は、男女ともに50%以上である。
- C 「7-14歳」における脂肪エネルギー比率は、男女ともに30%以上である。
- D 乳類の摂取量を、三つの年齢階級間で比較すると、摂取量が最も少ないのは「15-19歳」女である。
- E 野菜類の摂取量の内訳（緑黄色野菜・その他の野菜）では、三つのすべての年齢階級において、男女ともに、緑黄色野菜の摂取量のほうがその他の野菜より多い。

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	○	○	○	×	○
2	○	○	×	○	×
3	×	○	○	○	×
4	×	×	○	×	○
5	×	×	×	○	×

問3 次の文は、小児期の身体発育の特徴と発育・栄養状態の評価に関する記述である。
適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 通常、新生児では、出生後の数日間、出生時の体重と比較して一時的な生理的体重減少がみられる。
- B 「平成22年乳幼児身体発育調査報告書」(厚生労働省)では、体重や身長調査結果を3、10、25、50、75、90及び97パーセンタイル値で示している。
- C 「平成22年乳幼児身体発育調査報告書」(厚生労働省)によると、出生から1年間の体重増加量は約9 kgであり、乳児期は盛んな発育を示すが、幼児期になると体重増加は緩やかになり、満1歳から満6歳の間は、1年間で約1 kgの体重増加となる。
- D 乳幼児期の体格を表す指標として、ローレル指数が用いられる。ローレル指数では、15～18を「やせ」と判定する。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	○	○	○	×
2	○	○	×	×
3	○	×	○	×
4	○	×	×	○
5	×	○	○	×

問4 次の文は、乳児期における脂肪摂取及び脂肪の消化に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 「日本人の食事摂取基準（2010年版）」において、0～5か月の脂質の食事摂取基準（%エネルギー）の目安量は、男性女性とも50である。
- B 「日本人の食事摂取基準（2010年版）」では、乳児は母乳（または人工乳）が主たる栄養源であり、n-6系脂肪酸、n-3系脂肪酸が必要となる可能性はないとして、0～5か月のn-6系脂肪酸及びn-3系脂肪酸の目安量は示されていない。
- C 胆汁の成分の一つである胆汁酸は、コレステロールから生合成される。
- D 胆汁酸は、脂肪を糊化することにより、脂肪の消化に役立つ。

（組み合わせ）

	A	B	C	D
1	○	○	○	×
2	○	○	×	○
3	○	×	○	×
4	×	○	×	×
5	×	×	○	○

問5 次の【I群】のビタミンと、【II群】の内容を結びつけた場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

【I群】

- A ビタミンB₁
- B ビタミンB₂
- C ビタミンC
- D ビタミンE
- E ナイアシン

【II群】

- ア 水溶性ビタミン。エネルギー代謝に関与するビタミンであり、欠乏症としてペラグラが知られている。
- イ 脂溶性ビタミン。細胞膜の酸化防止作用をもつ。
- ウ 水溶性ビタミン。糖質のエネルギー代謝に関与し、代表的な欠乏症は脚気である。
- エ 水溶性ビタミン。体内ではコラーゲンの生成と維持に関与する。
- オ 水溶性ビタミン。エネルギー代謝に関与し、代表的な欠乏症として、口唇炎、舌炎、口角炎などがある。

(組み合わせ)

- | | A | B | C | D | E |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ア | ウ | オ | エ | イ |
| 2 | ウ | ア | オ | イ | エ |
| 3 | ウ | オ | エ | イ | ア |
| 4 | オ | ア | エ | ウ | イ |
| 5 | オ | エ | ウ | イ | ア |

問6 次の文は、炭水化物に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 人体の血液中に一定量が含まれるブドウ糖は、炭素 (C)、酸素 (O)、水素 (H) の3元素から成る。
- B 炭水化物は、生体内で主にエネルギー源として利用される重要な栄養素である。
- C 糖質は、体内で代謝され、1 gあたり9 kcalのエネルギーを供給する。
- D 二糖類には、ブドウ糖、果糖、ガラクトースなどがある。
- E 母乳に含まれる乳糖は、重要な多糖類(単糖が数百から数千分子結合した化合物)である。

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	○	○	×	×	○
2	○	○	×	×	×
3	×	○	×	○	×
4	×	×	○	×	○
5	×	×	×	○	○

問7 次の文は、「日本人の食事摂取基準(2010年版)」における妊婦に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 妊婦初期のエネルギーの付加量(kcal/日)は、身体活動レベルI、II、IIIともに、+450である。
- B 妊婦末期のたんぱく質の付加量(推奨量:g/日)は、+5である。
- C 鉄の付加量(推奨量)は、妊婦の初期・中期・末期を通じて同じである。
- D 妊婦中期のビタミンAの付加量(推奨量:μgRE/日)は、+0である。
- E ビタミンCの妊婦付加量(推奨量:mg/日)は、+100である。

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	○	○	○	○	×
2	○	×	○	×	○
3	×	○	×	×	×
4	×	×	○	○	○
5	×	×	×	○	×

問 8 次の文は、「妊産婦のための食生活指針」(厚生労働省)に関する記述である。

(A) ~ (C) にあてはまる語句の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- ・ 不足しがちなビタミン・ミネラルを、(A) でたっぷりと
- ・ (B) を積極的に食べて葉酸などを摂取しましょう。特に妊娠を計画していたり、(C) の人には神経管閉鎖障害発症リスク低減のために、葉酸の栄養機能食品を利用することも勧められます。

(組み合わせ)

	A	B	C
1	「主食」	穀類	妊娠初期
2	「主食」	肉類	妊娠中期
3	「主菜」	魚介類	妊娠初期
4	「副菜」	緑黄色野菜	妊娠初期
5	「副菜」	果実類	妊娠中期

問9 次の文は、母乳栄養の利点と留意点に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 母乳に含まれる栄養素は、消化吸収の効率がよく、代謝負担も少ない。
- B 母乳栄養は、母子関係の確立に役立つ。
- C 母乳に含まれる感染抑制物質により、感染症の発症予防と重症化の低下に役立つ。
- D 授乳中の喫煙は、母乳分泌に影響を与える。

(組み合わせ)

- | | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2 | ○ | ○ | × | ○ |
| 3 | × | ○ | × | × |
| 4 | × | × | ○ | ○ |
| 5 | × | × | × | × |

問10 次の文は、「授乳・離乳の支援ガイド」(平成19年：厚生労働省)における「離乳の進行」に関する記述である。(A)～(D)にあてはまる語句の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

生後9か月頃から、離乳食は1日(A)にし、(B)固さのものを与える。食欲に応じて、離乳食の量を増やし、離乳食の(C)に母乳または育児用ミルクを与える。離乳食とは別に、母乳は子どもの欲するままに、育児用ミルクは1日2回程度与える。(D)の不足には十分配慮する。

(組み合わせ)

- | | A | B | C | D |
|---|----|----------|---|-------|
| 1 | 3回 | 舌でつぶせる | 前 | カルシウム |
| 2 | 3回 | 歯ぐきでつぶせる | 後 | 鉄 |
| 3 | 3回 | 歯ぐきでかめる | 前 | カルシウム |
| 4 | 4回 | 歯ぐきでつぶせる | 後 | カルシウム |
| 5 | 4回 | 歯ぐきでかめる | 前 | 鉄 |

問 11 次の文は、幼児期の発育とカルシウム摂取に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 「授乳・離乳の支援ガイド」(平成 19 年：厚生労働省)によると、「咀嚼機能は、奥歯が生えるにともない乳歯の生え揃う 2 歳ごろまでに獲得される。」とされている。
- B カルシウムは、骨格や歯の形成のために不可欠な栄養素である。「日本人の食事摂取基準(2010 年版)」では、3～5 歳のカルシウムの食事摂取基準(推奨量：mg/日)は、男性女性とも 700 である。
- C 「日本食品標準成分表 2010」(文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会報告)によると、「普通牛乳」は、カルシウムと、カルシウムの吸収を促進するビタミン D が豊富であり、カルシウムの吸収を妨げるリンは含まれていない。
- D 「6 つの基礎食品」では、牛乳・乳製品は、第 1 群(類)に分類されている。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	○	○	○	×
2	○	○	×	○
3	×	○	×	○
4	×	×	○	×
5	×	×	×	×

問 12 次の文は、幼児期の食生活の留意点に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 幼児期には、偏食する、むら食いなど、食行動の変化が起きやすい。
- B 「平成 17 年度乳幼児栄養調査」(厚生労働省)によると、「偏食する」が最も高率で見られるのは、1 歳～1 歳 6 か月未満である。
- C 「平成 17 年度乳幼児栄養調査」(厚生労働省)によると、「よくかまない」が最も高率で見られるのは、3 歳～3 歳 6 か月未満である。
- D 虫歯(う歯)を予防するため、規則正しい食事を心がけ、砂糖を多く含む飲食物を与え過ぎないようにするとともに、食後の歯磨きなど、歯の清潔にも配慮する。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	○	○	×	○
2	○	○	×	×
3	○	×	○	○
4	○	×	×	○
5	×	○	×	×

問 13 次の文は、学童期・思春期の食生活に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 社会状況の変化に伴い、子どもたちの食の乱れや健康への影響がみられることから、学校は、子どもの食育を進めていく場として大きな役割を担っている。
- B 「平成 22 年度学校保健統計」(文部科学省)によると、女子の痩身傾向児の出現率は、12 歳から 14 歳では、3 % 台となっている。
- C 「日本人の食事摂取基準 (2010 年版)」では、12~14 歳のナトリウム (食塩) の食事摂取基準 (目標量: g/日) は、男性 9.0 未満、女性 7.5 未満と、いずれも 18 歳以上の年齢区分と同じ量が示されている。
- D 「日本人の食事摂取基準 (2010 年版)」では、10~11 歳の年齢区分において、鉄の推奨量は、「月経あり」の女性のほうが男性よりも多い。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	○	○	○	○
2	○	○	×	×
3	○	×	○	○
4	×	×	○	×
5	×	×	×	○

問 14 次の文は、「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」(平成 16 年：厚生労働省)の「発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”」に関する記述である。「思春期」の内容の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 食に関わる活動を計画したり、積極的に参加したりすることができる
- B 家族や仲間と一緒に食事づくりや準備を楽しむ
- C 食べたい食事のイメージを描き、それを実現できる
- D 食べ物や身体のことを話題にする
- E 自然と食べ物との関わり、地域と食べ物との関わりに関心をもつ

(組み合わせ)

- 1 A C
- 2 A D
- 3 A E
- 4 B C
- 5 B D

問 15 次の文は、各栄養素とそれらが欠乏した場合にあらわれる症状や影響等に関する記述である。不適切な記述の組み合わせを一つ選びなさい。

- A 食物繊維の不足は、腸の蠕動運動低下による便秘の原因となることがある。
- B 亜鉛の欠乏症の主な症状として、味覚障害が知られている。
- C ナトリウムの欠乏は、壊血病の主な原因となる。
- D 鉄はヘモグロビンの構成成分であり、不足によって貧血を招く。
- E ビタミンB₆の典型的な欠乏症として、夜盲症がある。

(組み合わせ)

- 1 A C
- 2 A D
- 3 B D
- 4 B E
- 5 C E

問 16 次の文は、小児期の疾病とその予防あるいは対応に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 乳糖を分解する酵素であるラクターゼの欠損や減少等のために乳糖を十分に消化できず、乳糖を含む乳汁を飲むと下痢などの症状を起こす乳児には、乳糖を含まないミルクを与える。
- B メープルシロップ尿症は、先天的な糖質代謝異常が原因なので、食事療法として糖質を除去したミルクを与える。
- C 食物アレルギーが疑われる場合、保護者のみの判断でアレルゲンとなる食品を除去することによって、子どもの発育・発達に影響を及ぼすことがあるので、除去食の実施については医師の指示を受ける必要がある。
- D 「授乳・離乳の支援ガイド」（平成 19 年：厚生労働省）では、「離乳の開始では、アレルギーの心配の少ないおかゆ（米）から始める。」としている。

（組み合わせ）

- | | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ○ | ○ | ○ | × |
| 2 | ○ | ○ | × | ○ |
| 3 | ○ | × | ○ | ○ |
| 4 | × | ○ | × | × |
| 5 | × | × | ○ | ○ |

問 17 次の文は、障害がある小児の食事調理に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 食べやすい形態に調理する際、野菜類を長時間煮込むと、ミネラルの一種であるカロテンは多くが煮汁に溶出するため、煮汁も上手に利用するとよい。
- B 食物を飲み込みやすく調節するために、ゼラチンを用いる場合がある。「日本食品標準成分表 2010」(文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会報告)によると、ゼラチンの主成分は、たんぱく質である。
- C 硬く歯ごたえのあるもの、口腔内に付着しやすいもの等、噛むことができにくい食品や飲み込みにくい食品は、ミキサーやフードカッターなどを用いて食べやすくなるよう工夫して、可能な限り食べられる食品の幅を広げていくことを心がける。
- D 口唇で食物を摂り込む機能や嚥下機能が不十分な場合は、なめらかなペースト状で、とろみのある状態に調理するとよい。

(組み合わせ)

- | | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ○ | ○ | ○ | × |
| 2 | ○ | ○ | × | × |
| 3 | ○ | × | ○ | ○ |
| 4 | × | ○ | ○ | ○ |
| 5 | × | × | × | ○ |

問 18 次の文は、摂食や嚥下が困難な子どもの食事と食事介助に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 嚥下障害をもつ子どもでは食べ物による窒息が起こりやすく、十分な注意が必要である。
- B むせにくく飲み込みやすい食品として、酸味の強い食べ物や飲み物があげられる。
- C 誤嚥を防ぐために、子どもの食べる速さに合わせて介助するようにする。
- D 食べ物を口へ運ぶ際の一回量は少な目を心がけ、口唇で取りこみやすいように、食べ物はスプーン先のほうへ乗せるようにする。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	○	○	○	×
2	○	○	×	○
3	○	○	×	×
4	○	×	○	○
5	×	×	×	○

問 19 次の文は、「保育所保育指針」第5章「健康及び安全」の3「食育の推進」の一部である。(A)～(E)にあてはまる語句を【語群】から選択した場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

乳幼児期にふさわしい(A)が展開され、適切な(B)が行われるよう、(C)の提供を含む食育の計画を作成し、保育の計画に位置付けるとともに、その(D)及び(E)に努めること。

【語群】

ア	保育	イ	養護と教育	ウ	食生活	エ	活動	オ	対応
カ	援助	キ	食事	ク	情報	ケ	保護者への支援	コ	実施
サ	記録	シ	評価	ス	管理	セ	改善		

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	ア	オ	キ	サ	シ
2	ア	カ	ク	コ	セ
3	イ	ウ	ケ	ス	セ
4	ウ	エ	ク	コ	サ
5	ウ	カ	キ	シ	セ

問 20 次の文は、児童福祉施設における食事の提供に関する記述である。適切な記述を○、不適切な記述を×とした場合の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 「児童福祉施設の設備及び運営に関する基準（旧児童福祉施設最低基準）」（昭和 23 年厚生省令第 63 号）において、「調理は、あらかじめ作成された献立に従って行わなければならない。ただし、少数の児童を対象として家庭的な環境の下で調理するときは、この限りでない。」とされている。
- B 児童養護施設においては、子どもたちの健やかな発育・発達を促す食事の提供、社会的自立に向けた栄養・食生活支援につながる食育を推進することが必要である。
- C 「児童福祉施設における『食事摂取基準』を活用した食事計画について」（平成 22 年：厚生労働省）において、1 日のうち特定の食事（例えば昼食）を提供する場合は、「生活状況等に特段配慮すべき問題がない場合には、昼食については、1 日全体の概ね 1/3 を目安とし、おやつについては、発育・発達状況や生活状況等に応じて 1 食の 10～20% 程度の量を目安とすること。」とされている。
- D 「児童福祉施設における食事の提供ガイド」（平成 22 年：厚生労働省）において、食事摂取基準を活用する場合は、「生命の維持、健全な成長、並びに生活活動のためには、適切なたんぱく質量の摂取が最も重要な基盤となる。」とされている。

（組み合わせ）

- | | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ○ | ○ | × | ○ |
| 2 | ○ | ○ | × | × |
| 3 | ○ | × | ○ | ○ |
| 4 | × | ○ | × | ○ |
| 5 | × | × | ○ | × |