

令和6年 保育士試験(後期)及び
国家戦略特別区域限定保育士試験問題

子どもの食と栄養

(選択式20問)

指示があるまで開かないこと

【注意事項】

各問題の正答数は、問題文中に示される。

問題文中に示された正答数と異なる数を解答すると、不正解になる。

【例題1】

問1 次のうち、〇〇に関する記述として、正しいものを1つ選びなさい。

- 1 ……
- 2 ……
- 3 ……
- 4 ……
- 5 ……

正答が「2」である場合は、マークシートの「②」を塗りつぶしていれば正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問1	① ● ③ ④ ⑤

問題文中に示された正答数と異なる数を塗りつぶすと不正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問1	① ● ● ④ ⑤

【例題2】

問2 次のうち、〇〇に関する記述として、正しいものを3つ選びなさい。

- 1 ……
- 2 ……
- 3 ……
- 4 ……
- 5 ……

正答が「2」「3」「5」である場合は、マークシートの「②」「③」「⑤」を塗りつぶしていれば正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問2	① ● ● ④ ●

問題文中に示された正答数と異なる数を塗りつぶすと不正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問2	① ② ● ④ ⑤

問題番号	解 答 番 号
問2	① ② ● ④ ●

解答用紙に「記入上の注意事項」が記載されているので併せて確認すること。

問1 次のうち、「食生活指針」（平成28年 文部科学省・厚生労働省・農林水産省）の「食生活指針の実践」の一部として、正しいものを3つ選びなさい。

- 1 牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、糖質・脂質を十分にとりましょう。
- 2 普段から体重を量り、食事量に気をつけましょう。
- 3 塩辛い食品を控えめに、食塩は1日10g未満にしましょう。
- 4 栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。
- 5 たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。

問2 次の文は、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」（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1つ選びなさい。

各栄養素等の食事摂取基準については、「出生後6か月未満（0～5か月）」と「（A）」の2つに区分されている。特に、成長に合わせてより詳細な区分設定が必要と考えられるエネルギーと（B）については、（C）の区分で表示されている。

（組み合わせ）

	A	B	C
1	6か月以上1歳未満（6～11か月）	カルシウム	4つ
2	6か月以上1歳未満（6～11か月）	たんぱく質	3つ
3	6か月以上1歳半未満（6～17か月）	たんぱく質	3つ
4	6か月以上1歳半未満（6～17か月）	カルシウム	4つ
5	6か月以上2歳未満（6～23か月）	カルシウム	5つ

問3 次の文は、ビタミンを含む代表的な食品とその働き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1つ選びなさい。

ビタミンは脂溶性ビタミンと水溶性ビタミンに分類される。脂溶性ビタミンの例として、レバー、卵黄、緑黄色野菜などに多く含まれる (A)、植物油、種実類、小麦胚芽などに多く含まれる (B) がある。一方、水溶性ビタミンの例として、豚肉、玄米、豆類などに多く含まれる (C)、果物、野菜、いも類などに多く含まれる (D) がある。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	ビタミンB ₁	ビタミンE	ビタミンA	ビタミンK
2	ビタミンA	ビタミンE	ビタミンB ₁	ビタミンC
3	ビタミンD	ビタミンK	ビタミンB ₁	ビタミンC
4	ビタミンB ₁	ビタミンC	ビタミンA	ビタミンD
5	ビタミンA	ビタミンK	ビタミンB ₁	ビタミンD

問4 次のうち、飽和脂肪酸に関する記述として、適切なものを○、不適切なものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 飽和脂肪酸は、炭素間に二重結合を持たない脂肪酸である。
- B 飽和脂肪酸には、魚介類由来のエイコサペンタエン酸 (EPA)、ドコサヘキサエン酸 (DHA) などがある。
- C 飽和脂肪酸の摂りすぎにより、血中総コレステロールが増加し、心筋梗塞をはじめとする循環器疾患のリスクが増加する。
- D 「日本人の食事摂取基準 (2020年版)」(厚生労働省)における飽和脂肪酸の成人・高齢者の目標量は、男女共に総エネルギー摂取量の7%以下である。

(組み合わせ)

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

問5 次のうち、乳児用調製粉乳等に関する記述として、適切なものを○、不適切なものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 乳児用調製粉乳は、母乳の代替品である。
- B 特殊ミルクとは、先天代謝異常症、アレルギー疾患など、対象疾患に応じて栄養素を調整・配合した治療用ミルクである。
- C フォローアップミルクは、生後6か月頃から使用する。
- D 乳児用調製粉乳は、牛乳に比べカルシウムが少ない。

(組み合わせ)

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

問6 次のうち、母乳育児に関する記述として、適切なものの組み合わせを1つ選びなさい。

- A 母乳育児は、乳幼児突然死症候群（SIDS）の発症率を低下させる。
- B 母乳育児は、将来の糖尿病発症リスクを上昇させる。
- C 乳児の吸てつにより、プロラクチンが分泌され、排卵が促進される。
- D 乳児の吸てつにより、オキシトシンが分泌され、母体の子宮の収縮が促進される。

(組み合わせ)

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

問7 次のうち、「平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要」（厚生労働省）に関する記述として、「子どもの食事で特に気をつけていること」（回答者：2～6歳児の保護者）の回答で、最も割合が高かったものを1つ選びなさい。

- 1 一緒に作ること
- 2 間食の内容
- 3 料理の盛り付け、色どり
- 4 よくかむこと
- 5 栄養バランス

問8 次の文は、「授乳・離乳の支援ガイド」（2019年 厚生労働省）に示されている、摂食機能の目安に関する記述である。離乳初期（生後5～6か月頃）、離乳中期（生後7～8か月頃）、離乳後期（生後9～11か月頃）、離乳完了期（生後12～18か月頃）の順に並べた場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 歯ぐきで潰すことが出来るようになる。
- B 舌と上あごで潰していくことが出来るようになる。
- C 歯を使うようになる。
- D 口を閉じて取り込みや飲み込みが出来るようになる。

(組み合わせ)

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

問9 次のうち、調理の基本に関する記述として、適切なものの組み合わせを1つ選びなさい。

- A 炊飯前の米一合は、約 200 g である。
- B 精白米を洗米する際は、食器用洗剤を用い、泡がなくなるまで水でよく洗い流すことが望ましい。
- C 粥は、通常の炊飯の飯より水分が多くやわらかい飯で、離乳食などに用いられる。
- D もち米はうるち米に比べて粘りが強く、でんぷんが老化しにくい。

(組み合わせ)

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

問10 次のうち、学童期・思春期の身体の発達の特徴と食生活に関する記述として、適切なものの組み合わせを1つ選びなさい。

- A 学童期後半からの身長・体重の急激な発育を、第一発育急進期という。
- B 「令和4年度 学校保健統計調査」(文部科学省)において、肥満度が10%以上の者を肥満傾向児としている。
- C 「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)では、思春期に育てたい「食べる力」として、「一緒に食べる人を気遣い、楽しく食べることができる」をあげている。
- D 「日本人の食事摂取基準(2020年版)」(厚生労働省)では、鉄は女子10～11歳の年齢から月経の有無による基準が示されている。

(組み合わせ)

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

問 11 次のうち、「学校給食実施基準の一部改正について」（令和3年 文部科学省）に示されている「学校給食の食事内容の充実等について」の一部として、正しいものを○、誤ったものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 食物アレルギー等のある児童生徒に対しては、学校医が責任を持ち、個々の児童生徒の状況に応じた対応に努めること。
- B 地域の食文化等を学ぶ中で、世界の多様な食文化等の理解も深めることができるよう配慮すること。
- C 献立作成は、各教科等の食に関する指導とは別に、栄養教諭、学校栄養職員が行う食に関する指導に基づくこと。
- D 児童生徒が学校給食を通して、日常又は将来の食事作りにつなげることができるよう、献立名や食品名が明確な献立作成に努めること。

(組み合わせ)

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

問 12 次の文は、葉酸に関する記述である。(A)・(B)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1つ選びなさい。

葉酸は (A) の一種であり、受胎の前後に十分な量を摂取すると、胎児の (B) のリスクを低減できる。

【語群】

ア ミネラル	イ ビタミン	
ウ 神経管閉鎖障害	エ くる病	オ 頭蓋内出血

(組み合わせ)

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

問13 次のうち、「食育基本法」に関する記述として、適切なものを○、不適切なものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 「食育基本法」では、国、地方公共団体、国民等の責務について記載している。
- B 食育を推進する責務は教育関係者等にあるが、食品関連事業者にはない。
- C 子どもの教育、保育等を行う者にとっては、食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。
- D 食育は、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行う。

(組み合わせ)

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

問14 次の文は、「保育所保育指針」第3章「健康及び安全」2「食育の推進」の一部である。

(A) ~ (C) にあてはまる語句の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

(A)、食物アレルギー、障害のある子どもなど、一人一人の子どもの心身の状態等に応じ、嘱託医、(B)等の指示や協力の下に適切に対応すること。(C)が配置されている場合は、専門性を生かした対応を図ること。

(組み合わせ)

- | | A | B | C |
|---|-------|--------|-----|
| 1 | 体調不良 | 看護師 | 栄養士 |
| 2 | 体調不良 | かかりつけ医 | 栄養士 |
| 3 | 肥満・やせ | かかりつけ医 | 看護師 |
| 4 | 肥満・やせ | 保健師 | 看護師 |
| 5 | 肥満・やせ | 看護師 | 栄養士 |

問15 次の【Ⅰ群】の季節と、【Ⅱ群】の日本の旬の食材を結びつけた場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

【Ⅰ群】

- A 春
- B 夏
- C 秋
- D 冬

【Ⅱ群】

- ア 白菜
- イ 西瓜
- ウ 栗
- エ 筍

(組み合わせ)

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

問16 次のうち、牛乳・乳製品に関する記述として、適切なものを2つ選びなさい。

- 1 「6つの基礎食品群」において、牛乳・乳製品は、小魚とともに第5群に分類されている。
- 2 「食事バランスガイド」(平成17年 厚生労働省・農林水産省)に示されている5つの料理区分に「牛乳・乳製品」は含まれていない。
- 3 「授乳・離乳の支援ガイド」(2019年 厚生労働省)では、牛乳を飲用として与える場合は、1歳を過ぎてからが望ましいとされている。
- 4 「日本食品標準成分表(八訂)増補2023年」(文部科学省)では、豆乳は「乳類」に分類されている。
- 5 「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」(令和3年 厚生労働省)において、「[主菜]を組み合わせるとたんぱく質を十分に」が示されている。

問 17 次の文は、「児童福祉施設の設備及び運営に関する基準」（昭和 23 年厚生省令第 63 号）に基づく「保育所の設備の基準の特例」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 1 つ選びなさい。

- ・ 当該保育所の（ A ）以上の幼児に対する食事の提供について、保育所は特例として当該保育所外で調理し搬入する方法により行うことができる。
- ・ 幼児の年齢及び発達の段階並びに健康状態に応じた食事の提供や、（ B ）、アトピー等への配慮、必要な栄養素量の給与等、幼児の食事の内容、回数及び時機に適切に応じることができること。
- ・ 食を通じた乳幼児の健全育成を図る観点から、乳幼児の発育及び発達の過程に応じて食に関し配慮すべき事項を定めた食育に関する（ C ）に基づき食事を提供するよう努めること。

(組み合わせ)

	A	B	C
1	満 3 歳	障害	評価
2	満 1 歳	アレルギー	評価
3	満 1 歳	アレルギー	計画
4	満 1 歳	障害	評価
5	満 3 歳	アレルギー	計画

問 18 次の文は、「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）（6）「特別な配慮を含めた一人一人の子どもへの対応」③「障害のある子ども」の一部である。（ A ）～（ D ）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 1 つ選びなさい。

一人一人の子どもの心身の状態、特に（ A ）や嚥下などの（ B ）機能、（ C ）等の運動機能や障害特性等の状態に応じた配慮を行っていくことが必要である。管理栄養士・栄養士は、（ D ）対応（食事形態など）をしている子どもの様子を観察し、食事形態、柔らかさ等を献立に反映させていく。

【語群】

ア 咀嚼	イ 吸てつ	ウ 捕食	エ 摂食	オ 手指
カ 食習慣	キ 上肢	ク 特別な	ケ 個別の	

（組み合わせ）

- | | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ア | イ | ウ | ク |
| 2 | ア | エ | オ | ケ |
| 3 | イ | ウ | キ | ク |
| 4 | ウ | エ | キ | ク |
| 5 | カ | エ | オ | ケ |

問 19 次のうち、下痢をしている子どもに提供する場合の食事として、適切なものを 2 つ選びなさい。

- 1 卵豆腐
- 2 ごぼうの煮物
- 3 かんきつ系の果物
- 4 大根の煮物
- 5 海藻サラダ

問 20 次のうち、食物アレルギーに関する表示について、義務表示である「特定原材料」（経過措置を含む）として、正しいものを 2 つ選びなさい。

- 1 くるみ
- 2 いくら
- 3 ごま
- 4 キウイフルーツ
- 5 落花生（ピーナッツ）