

問1 次の文は、近年の子どもの発育・発達と食生活の現状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 「平成26年国民健康・栄養調査報告」によると、20歳未満において昼食、夕食に比べ朝食を欠食する割合が高い。
- B 「平成26年度児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書」(日本学校保健会)によると、欠食の理由として多いのは、「食欲がない」、次いで「食べる時間がない」である。
- C 「平成22年度幼児健康度調査」(日本小児保健協会)によると、おやつを時間を決めて与えている保護者は8割程度いる。
- D 日本の乳児の死亡率は、WHO加盟国の中でも極めて低い。
- E 日本の低出生体重児出生率は、ユニセフの調査によると先進国の中でも極めて低い。

(組み合わせ)

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

問2 次の文は、脂質についての記述である。適切な記述の組み合わせを一つ選びなさい。

- A 炭素鎖に二重結合をもつ脂肪酸を飽和脂肪酸という。
- B 水に溶けず、アルコールなどの有機溶媒に溶ける。
- C 食品に含まれる脂質の大部分は、中性脂肪である。
- D 炭素(C)、酸素(O)、水素(H)および窒素(N)で構成されている。
- E コレステロールは膵臓で合成されている。

(組み合わせ)

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

問3 次の文は、糖質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 エネルギー源として利用され、1 gあたり4 kcalを供給する。
- B 摂取後すぐに利用されない糖質は、肝臓や筋肉においてグリコーゲンや脂肪に変化してエネルギー貯蔵物質として蓄えられる。
- C 血液中のブドウ糖濃度はホルモンにより調節され、一定の濃度に保たれている。
- D 乳糖は、フルクトースとガラクトースが結合した二糖類である。

(組み合わせ)

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

問4 次の文は、「食事バランスガイド」(平成17年：厚生労働省・農林水産省)のコマのイラスト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 コマの中には、1食分の料理例が示されている。
- B 水、お茶、牛乳などの水分を軸としている。
- C コマのイラストの料理例を合わせると、おおよそ500kcalである。
- D 主菜は、肉、魚、卵、海藻料理であり、3～5つ(SV(サービング))とされている。

(組み合わせ)

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

問5 次の文は、「母乳育児を成功させるための十か条」(WHO/UNICEF 共同発表)に関する記述の一部である。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 授乳時以外は赤ちゃんを別室にしておくこと
- B 授乳時以外はゴムの乳首やおしゃぶりを与えること
- C 赤ちゃんが母乳を欲しがっても時間を決めて与えること
- D 医学的な必要がないのに母乳以外のもの(水分、糖水、人工乳)を与えないこと
- E 母親が分娩後30分以内に母乳を飲ませられるように援助すること

(組み合わせ)

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

問6 次の文は、「授乳・離乳の支援ガイド」（平成19年：厚生労働省）に示されている離乳食の進め方に関する記述である。【I群】食べ方の目安と、【II群】調理形態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 1日3回食に進めていく
- B 1日2回食で食事のリズムをつけていく
- C 自分で食べる楽しみを手づかみ食べから始める
- D 子どもの様子をみながら、1日1回1さじずつ始める

【II群】

- ア なめらかにすりつぶした状態
- イ 歯ぐきで噛める固さ
- ウ 舌でつぶせる固さ
- エ 歯ぐきでつぶせる固さ

(組み合わせ)

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

問7 次の文は、母乳栄養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 母乳栄養児では、ビタミンKの不足による頭蓋内出血が知られているが、現在では生後、ビタミンK₂シロップ剤の経口投与が行われている。
- B 母乳中の免疫グロブリンA濃度は加熱方法によっては低下するため、冷凍母乳の解凍は、流水または微温湯で解凍し、体温以上に温めないようにする。
- C 初乳には、感染防御因子が含まれ、乳児の未熟な腸粘膜を覆い病原体が粘膜を通して侵入することを予防する。
- D 吸啜刺激は、オキシトシンの分泌を刺激して、乳汁分泌を維持させる。また、プロラクチンは子宮筋を収縮させて、子宮の回復を促す役割がある。

(組み合わせ)

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

問8 次の文は、「授乳・離乳の支援ガイド」（平成19年：厚生労働省）に示されている離乳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 離乳の開始の発達の目安の一つに、乳歯の萌出があげられる。
- B 離乳の開始前には、離乳に慣れさせるために、果汁を与える。
- C 7・8か月の支援のポイントとして、平らなスプーンを下くちびるにのせ、上くちびるが閉じるのを待つようにする。
- D 生後9か月以降は、鉄が不足しやすいので、育児用ミルクのかわりに牛乳・乳製品を調理に使用する等の工夫をする。

(組み合わせ)

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

問9 次の文は、「日本人の食事摂取基準（2015年版）」における幼児期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 脂質の食事摂取基準は、総エネルギー量に対する比率で示され、目標量として30%以上40%未満とされている。
- B 食物繊維の食事摂取基準は、成人同様に目標量が示されている。
- C 年齢区分は、1～2歳、3～5歳の2区分である。
- D カルシウムの推奨量は男女で差がある。

(組み合わせ)

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

問10 次の文は、咀嚼・嚥下が困難な子どもの食事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。

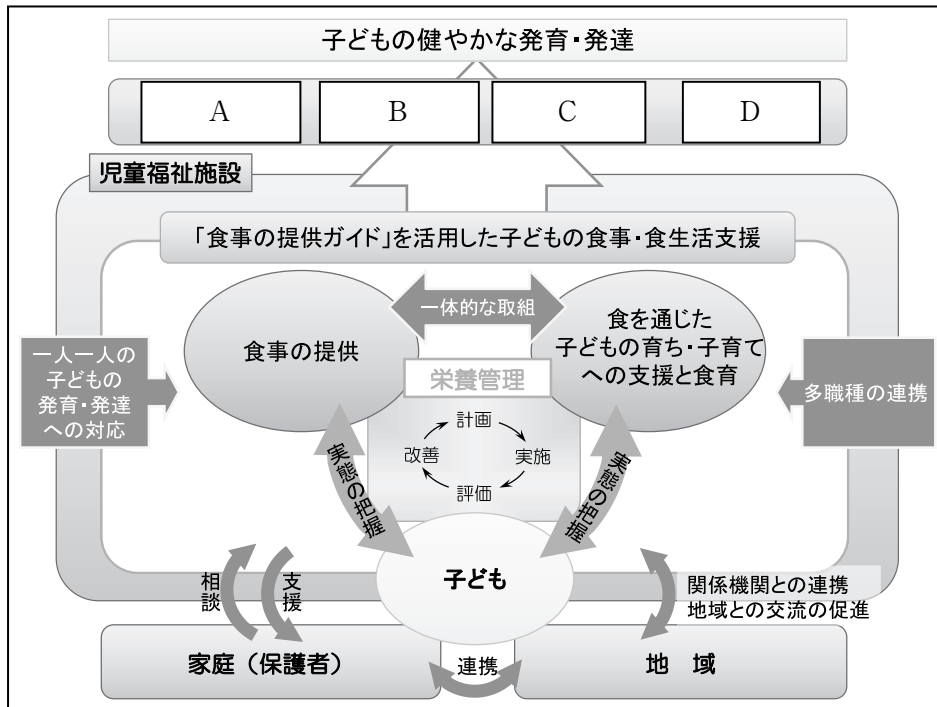
- A 咀嚼機能の状態によって、ソフト食やきざみ食にするなどの配慮が必要である。
- B パサパサしているもの、口の中でばらつくものは飲み込みにくい。
- C 飲み込みやすくするために、とろみ調整食品を使用することがある。
- D こんにゃくは弾力性があるので、食べやすい食品である。
- E 酸味の強い柑橘類は、食べやすい食品である。

(組み合わせ)

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

問 11 次の図は、「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）
 における「子どもの健やかな発育・発達を目指した食事・食生活支援」である。図中の
 A～D にあてはまらないものを一つ選びなさい。

図



- 1 人間関係の構築
- 2 安全・安心な食事の確保
- 3 食生活の自立支援
- 4 心と体の健康の確保
- 5 豊かな食体験の確保

問 12 次の文は、幼児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 幼児の偏食は、時期により嫌う食品が変化しやすい。
- B 間食は、3回の食事ではとりきれない栄養を補い、素材の味を生かしたものが望ましい。
- C 間食の与えすぎから、肥満やむし歯（う歯）の原因になることがあるので、量と時間を決めて与えることが重要である。
- D 窒息事故を予防する方法として、食べる時に遊ばせない、あおむけに寝た状態や歩きながら食べさせないことがあげられる。

(組み合わせ)

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

問 13 次の文のうち、「学校給食法」に掲げられている学校給食の目標として誤ったものを一つ選びなさい。

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 2 食に関わる産業や、地域の人々との会食、行事食・郷土食などとの触れ合いを通して、地域の人々との交流を深めること。
- 3 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 4 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。
- 5 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

問 14 次の文は、生涯発達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 生活習慣病には、肥満、高血圧、動脈硬化、糖尿病、骨粗しょう症など、慢性疾患といわれている疾患がある。
- B 生活習慣病予防の食事は、栄養素の過不足がないように朝、昼、夕食をバランスよく摂取する。
- C 「人口動態統計」(平成 27 年)によると、日本人の死因で多いものは、悪性新生物、心疾患、肺炎である。
- D 女性にとって更年期とは、閉経の前後数年間をいい、一般的に 45～55 歳の時期に相当する。
- E 男性には更年期障害がない。

(組み合わせ)

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

問 15 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）における「発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”」の一部である。幼児期の内容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一つ選びなさい。

- A おなかがすくリズムがもてる
- B 食事のバランスや適量が分かる
- C 家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わう
- D 自然と食べ物のかかわり、地域と食べ物とのかかわりに関心をもつ
- E 食べ物や身体のことを話題にする

(組み合わせ)

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

問 16 次の文は、子どものむし歯（う歯）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 むし歯の原因菌は、ミュータンス連鎖球菌である。
- B せんべいやクラッカーは、市販菓子の中で、う触誘発性が特に高い。
- C 乳歯は永久歯に生え変わるので、歯磨きの必要はない。
- D むし歯予防に、よく噛むことは重要である。

(組み合わせ)

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

問 17 次の文のうち、「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）の第 11 条の一部として誤ったものを一つ選びなさい。

- 1 児童福祉施設（助産施設を除く。以下この項において同じ。）において、入所している者に食事を提供するときは、すべて当該児童福祉施設内で調理する方法により行わなければならない。
- 2 児童福祉施設において、入所している者に食事を提供するときは、その献立は、できる限り、変化に富み、入所している者の健全な発育に必要な栄養量を含有するものでなければならない。
- 3 食事は、前項の規定によるほか、食品の種類及び調理方法について栄養並びに入所している者の身体的状況及び嗜好を考慮したものでなければならない。
- 4 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。
- 5 児童福祉施設は、児童の健康な生活の基本としての食を営む力の育成に努めなければならない。

問 18 次の文は、授乳および調乳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 調乳にあたって使用する湯は50℃以上を保つ。
- B 常温で保存していた場合は、調乳後2時間以内に使用しなかったミルクは廃棄する。
- C 冷凍母乳を用いる場合は、搾乳、冷凍、運搬など、すべてが衛生的に行われるようにする。
- D 調乳法には無菌操作法や終末殺菌法がある。

(組み合わせ)

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

問 19 次の文は、保育所における食育の計画と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 乳幼児期にふさわしい食生活が展開され、適切な援助が行われるよう、食事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、その評価及び改善に努めること。
- B 計画の作成にあたっては、柔軟で発展的なものになるよう留意し、各年齢を通して一貫性のあるものにする。
- C 保育士等による自己評価と子どもの育ちの評価を通して、次の実践に向けた改善に努めるようにする。
- D 保護者や地域に向けて、食事内容を含めて食育の取り組みを発信し、食育の計画・実施を評価して、次の計画へとつなげる。

(組み合わせ)

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

問 20 次の文は、「日本人の食事摂取基準（2015年版）」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 食事摂取基準とは、健康な個人または集団を対象として、国民の健康の保持・増進、生活習慣病の予防を目的として、エネルギーおよび各栄養素の摂取量の基準を示すものである。
- B 「日本人の食事摂取基準（2015年版）」は、平成 27（2015）年度から平成 29（2017）年度の3年間に使用するものである。
- C 食事摂取基準の基本的な考え方では、エネルギーおよび栄養素摂取量の多少に起因する健康障害は、欠乏症または摂取不足によるものばかりでなく、過剰によるものも存在する。
- D 食事摂取基準の「目標量」は、生活習慣病の二次予防を目的として設定された。
- E 食事摂取基準は、「健康増進法」に基づいている。

（組み合わせ）

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