

平成 29 年神奈川県
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

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。
正しく記入・マークされていない場合は、採点できないことがあります。

(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 次の文は、平成28年6月に一部改正された「食生活指針」（平成12年：文部省、厚生省、農林水産省）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 おいしい食事を、味わいながらゆっくりよく噛んで食べましょう。
- B 肉類、魚類を毎食とって、脂肪からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- C 牛乳・乳製品、緑黄色野菜、果物などで、カルシウムを十分にとりましょう。
- D 新しい料理や世界の料理を取り入れて、日々の食生活に活かしましょう。
- E 子供のころから、食生活を大切にしましょう。

(組み合わせ)

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

問2 次の文は、子どもの発育と栄養・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 乳児期は、適切に授乳し離乳食を進めることにより、出生からの1年間で、体重は約4倍、身長は約2倍になる。
- B 鉄は、幼児期の発達に不可欠であり、過剰症も認められていないため、「日本人の食事摂取基準（2015年版）」において、1～2（歳）と3～5（歳）の年齢区分では、男性女性ともに、鉄の耐容上限量は設定されていない。
- C 3～5歳では、発育が旺盛であり身体運動も活発であることから、身体は小さいが、18歳以上と比較すると、体重1kgあたりに必要なエネルギーは多い。
- D 食生活の良し悪しを知るために、一時点における体格（やせ・普通・肥満）を判定するには、スキャモンの発育曲線を用いる。

（組み合わせ）

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

問3 次の文は、子どもの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 近年、肥満傾向児は増加傾向にあり、「平成 27 年度学校保健統計」(文部科学省)によると、5 歳の肥満傾向児の出現率は、男子女子ともに、5 %を上回っている。
- B 「平成 27 年度学校保健統計」(文部科学省)によると、男子における肥満傾向児の出現率が最も高い年齢は、11 歳である。
- C 「平成 27 年度学校保健統計」(文部科学省)によると、女子における痩身傾向児の出現率が最も高い年齢は、12 歳である。
- D 「平成 25 年国民健康・栄養調査報告」(厚生労働省)によると、1 - 6 歳の栄養素等摂取量における食塩相当量(1 人 1 日あたり平均値)は、男性女性ともに、該当年齢の目標量(g/日)とされる 2.5g より少ない。

(組み合わせ)

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

問4 次の文は、「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）における児童生徒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 朝食を「毎日食べる」と「食べる日の方が多い」と答えた者を「ほぼ食べる」グループとしてみると、小学校の男女では95%以上が朝食をほぼ毎日食べている。
- B 朝食を一人で食べる者は、小学校5・6年生以降、男子女子ともに、学年が進むに従って増加する傾向である。
- C 食事を残すことについて、「よくある」と「ときどきある」と答えた者を「食事を残す」グループとしてみると、全ての校種（小学校1・2年生、小学校3・4年生、小学校5・6年生、中学生、高校生）で、女子の「食事を残す」比率は男子より高くなっている。
- D 食事を残す理由について、女子の中学生では、「太りたくない」と答えた者の比率が最も高い。

(組み合わせ)

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

問5 次の文は、栄養素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 たんぱく質を構成するアミノ酸のうち、7種は、体内で合成できないため食事によって摂取しなければならず、それらを可欠アミノ酸という。
- B 果糖は、ぶどう糖が2分子結合した二糖類であり、甘味が強く、果物やはちみつなどに多く含まれている。
- C でんぷんは、ぶどう糖が3～9個結合した少糖類である。
- D ビタミンA、ビタミンD、ビタミンEは、すべて脂溶性ビタミンである。

(組み合わせ)

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

問6 次の文は、脂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 脂質は、エネルギー源として利用される。
- B 中性脂肪は、グリセロールと脂肪酸が結合した脂質である。
- C 「日本人の食事摂取基準（2015年版）」では、脂質の食事摂取基準（%エネルギー）、飽和脂肪酸の食事摂取基準（%エネルギー）、コレステロールの食事摂取基準（mg/日）が設定されている。
- D コレステロールは、細胞膜の構成成分である。

(組み合わせ)

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

問7 次の文は、ミネラルに関する記述である。(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。

- ・ 「日本人の食事摂取基準(2015年版)」によると、体内のカルシウムは、体重の(A)%を占めるとされている。
- ・ (B)は、味覚を正常に保つのに必要な栄養素である。
- ・ 食品中の鉄の主な形態は、たんぱく質と結合した(C)と、無機鉄である(D)に分けられる。(E)は、鉄吸収を促進する。

【語群】

ア 1～2	イ 5～10	ウ 10～15	エ マグネシウム
オ 銅	カ 亜鉛	キ 非ヘム鉄	ク ヘム鉄
ケ ビタミンA	コ ビタミンB ₁	サ ビタミンC	

(組み合わせ)

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

問8 次の文は、「日本人の食事摂取基準（2015年版）」における小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 1～17歳を小児としている。
- B 食物繊維の食事摂取基準は、男性女性ともに、8～9（歳）以降の各年齢区分において、目標量が設定されている。
- C カルシウムの乳児（0～5か月児）の目安量については、母乳中のカルシウム濃度及び哺乳量から算出されている。
- D たんぱく質の食事摂取基準では、乳児については、0～5（月）と6～11（月）の2区分としている。

（組み合わせ）

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

問9 次の文は、乳幼児の栄養方法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27年度乳幼児栄養調査」(厚生労働省)によると、授乳期の栄養方法は、10年前に比べ、母乳栄養の割合は減少している。
- B 「母乳育児を成功させるための十か条」(WHO/UNICEF 共同発表)では、母乳育児を成功させるためには、お母さんを助けて、分娩後30分以内に赤ちゃんに母乳をあげられるようにするとされている。
- C 「授乳・離乳の支援ガイド」(平成19年：厚生労働省)では、母乳育児の支援を進めるポイントの一つとして、「赤ちゃんが欲しがるとき、母親が飲ませたいときには、いつでも母乳を飲ませられるように支援しましょう。」があげられている。
- D 「平成27年度乳幼児栄養調査」(厚生労働省)によると、「授乳について困ったこと」(回答者：0～2歳児の保護者)の結果で最も回答が多いのは、「母乳が不足ぎみ」である。

(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「離乳の開始」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。

離乳の開始前の乳児にとって、最適な栄養源は乳汁（母乳又は育児用ミルク）である。離乳の開始前に（ A ）を与えることについては、（ A ）の摂取によって、乳汁の摂取量が（ B ）すること、たんぱく質、（ C ）、ビタミン類や鉄、カルシウム、亜鉛などのミネラル類の摂取量（ D ）が危惧される。

（組み合わせ）

	A	B	C	D
1	果汁	増加	糖質	低下
2	果汁	減少	脂質	低下
3	牛乳	増加	糖質	増加
4	牛乳	減少	脂質	増加
5	果汁	減少	糖質	低下

問 11 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「離乳食の進め方の目安」に関する記述である。正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 離乳の開始は、生後 4 か月頃である。
- B 7, 8 か月頃の〈食べ方の目安〉の一つとして、「1 日 2 回食で、食事のリズムをつけていく。」が示されている。
- C 7, 8 か月頃の〈食事の目安〉調理形態は、「歯ぐきでつぶせる固さ」である。
- D 12 か月から 18 か月頃の〈食べ方の目安〉の一つとして、「自分で食べる楽しみを手づかみ食べから始める。」が示されている。
- E 9 か月から 11 か月頃の〈食事の目安〉では、穀類は、軟飯からご飯への移行期であるとされている。

(組み合わせ)

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

問 12 次の文は、「平成 27 年度乳幼児栄養調査」（厚生労働省）における「現在子どもの食事について困っていること」（回答者：2～6 歳児の保護者）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 約 8 割の保護者が子どもの食事について困りごとを抱えていた。
- B 「遊び食べをする」の割合が最も高いのは、「3 歳～4 歳未満」である。
- C 「むら食い」の割合は、「2 歳～3 歳未満」よりも「4 歳～5 歳未満」の方が高い。
- D 5 歳以上では、「偏食する」と回答した者の割合が最も高い。

(組み合わせ)

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

問 13 次の文は、「平成 27 年度乳幼児栄養調査」（厚生労働省）における「子どもの食事に関する状況について」（回答者：2～6 歳児の保護者）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 「子どもの主要食物の摂取頻度」で、「お茶など甘くない飲料」の「毎日 2 回以上」の割合は、「果汁など甘味飲料」の「毎日 2 回以上」の割合よりも低い。
- B 「子どもの主要食物の摂取頻度」で、「肉」と「卵」は、「毎日 1 回」摂取している割合が最も高い。
- C 「子どもの間食の状況」で、「子どもの間食（3 食以外に食べるもの）の与え方」の最も割合が高いのは、「欲しがる時にあげることが多い」である。
- D 「子どもの食事で特に気を付けていること」で、最も割合が高いのは、「栄養バランス」である。

(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)に示された、「発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”」の学童期に関する記述である。適切な記述の組み合わせを一つ選びなさい。

- A 自分の食生活を振り返り、評価し、改善できる
- B 1日3回の食事や間食のリズムがもてる
- C 食べたい食事のイメージを描き、それを実現できる
- D 栽培、収穫、調理を通して、食べ物に触れはじめる

(組み合わせ)

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

問 15 次のうち、「日本人の食事摂取基準(2015年版)」において、妊娠期に付加量を設定している栄養素の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 炭水化物
- B たんぱく質
- C ビタミンC
- D カルシウム
- E ナトリウム

(組み合わせ)

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

問 16 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) にあてはまる語句の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

子どもが (A) と (B) の中で、(C) を持って食に関わる (D) を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみ合う子どもに成長していくことを (E) するものであること。

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	生活	活動	好奇心	知識	実現
2	生活	遊び	意欲	体験	期待
3	自然	環境	探求心	知識	実現
4	保育	活動	好奇心	体験	実現
5	保育	遊び	意欲	知識	期待

問 17 次の文は、「食育基本法」の基本理念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 国民の平均寿命の延伸と豊かな人間形成
- B 食に関する感謝の念と理解
- C 子どもの食育における健康増進事業実施者、医療機関等の役割
- D 伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献
- E 食品の安全性の確保等における食育の役割

(組み合わせ)

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

問 18 次の文は、「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 27 年：厚生労働省) の「児童福祉施設における『食事摂取基準』を活用した食
事計画の策定に当たっての留意点」の一部である。(A) ～ (C) にあてはま
る数値の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

たんぱく質、脂質、炭水化物の総エネルギーに占める割合(エネルギー産生栄養素バラ
ンス)については、三大栄養素が適正な割合によって構成されることが求められることか
ら、たんぱく質については(A)、脂質については(B)、炭水化物については
(C) の範囲を目安とすること。

(組み合わせ)

	A	B	C
1	5%～10%	10%～20%	60%～70%
2	13%～20%	15%～25%	40%～55%
3	13%～20%	20%～30%	50%～65%
4	15%～20%	20%～30%	50%～55%
5	15%～20%	25%～35%	45%～50%

問 19 次のうち、「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)において、(設備の基準)で調理室を設けることが定められていない施設を一つ選びなさい。

- 1 児童厚生施設
- 2 乳児院
- 3 児童養護施設
- 4 福祉型児童発達支援センター
- 5 福祉型障害児入所施設

問 20 次の文は、乳幼児の食物アレルギー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 食物アレルギーの皮膚症状として、かゆみ、蕁麻疹、むくみなどがある。
- B 乳児期における食物アレルギーの発症頻度が高い食物として、鶏卵、牛乳、小麦などがあげられる。
- C 専門医による正しい診断と栄養・食事指導を、定期的かつ継続的に受けて、食事療法を行うことにより、成長するにつれて、原因の食物を食べられるようになることがある。
- D アレルギー用調製粉乳には種類があり、特定の調製粉乳しか利用できない乳幼児には個別に対応していく必要がある。

(組み合わせ)

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

