

平成 31 (2019) 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、幼児期における給与栄養量についての記述である。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日のエネルギー量が1,000kcalの場合、このうち500～650kcal程度を炭水化物から摂るのが適正である。
- B 1日のエネルギー量が1,000kcalの場合、400kcalを脂質から摂るのは過剰といえる。
- C 1日のエネルギー量は、子どもの性別や年齢等により異なる。
- D 1日のエネルギー量は、朝食、昼食、夕食から摂り、おやつは含まない。

(組み合わせ)

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

問2 次の表は、食事1食の構成に関するものである。表中の（ A ）～（ C ）にあてはまる料理の正しい組み合わせを一つ選びなさい。

主食	（ A ）
主菜	（ B ）
副菜	（ C ）
牛乳・乳製品	牛乳
果物	りんご

（組み合わせ）

	A	B	C
1	オムレツ	パン	温野菜サラダ
2	オムレツ	ソーセージ	コーンスープ
3	パン	オムレツ	ソーセージ
4	ごはん	コーンスープ	オムレツ
5	ごはん	オムレツ	温野菜サラダ

問3 次の文は、でんぷん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 でんぷんは穀類やいも類に多く含まれる。
- B でんぷんに水を加えて加熱すると消化しやすい糊化でんぷんになる。
- C でんぷんは強い甘みを持っている。
- D でんぷんはブドウ糖が多数、結合した構造である。

(組み合わせ)

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

問4 次の文は、貧血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。

鉄欠乏性貧血は、急速に成長して鉄需要が多い (A) と思春期に発生しやすい。ヘモグロビンは、鉄と (B) が結合して作られる。そのため、食事の対応としては、肉や魚を十分に摂る。また、鉄の吸収を高める (C) を多く含む果物類や野菜類を同時に摂取するのが望ましい。

(組み合わせ)

	A	B	C
1	胎児期	たんぱく質	ビタミンD
2	乳児期	たんぱく質	ビタミンC
3	乳児期	脂質	葉酸
4	学童期	脂質	ビタミンC
5	学童期	たんぱく質	ビタミンD

問5 次の文は、偏食やむら食いへの対応に関する記述である。最も不適切なものを一つ選びなさい。

- 1 無理に食べさせる。
- 2 生活リズムを見直す。
- 3 空腹で食卓につけるようにする。
- 4 食事に集中できる環境にする。
- 5 嫌いな食材を用いた調理の手伝いをさせる。

問6 次のうち、離乳後期から離乳完了の進め方に関する記述として、適切な組み合わせを一つ選びなさい。

- A 9～11 か月頃には、1日3回食にし、歯ぐきでつぶせる固さのものを与える。
- B 摂取した離乳食の分、母乳の量は減らす。
- C 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。
- D 衛生面を配慮し、手づかみ食べは制止し、スプーンなど食具をつかうようにする。
- E 離乳の完了とは、母乳又は育児用ミルクを飲んでいない状態を意味する。

(組み合わせ)

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

問7 次の文は、母乳の成分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 分娩後数日以内に分泌される乳汁を初乳といい、細菌に対する感染防御物質の濃度が高い。
- B 母乳の組成は、分娩後少しずつ変化し、3～4日で一定となり、成熟乳といわれる。
- C 成熟乳は初乳と比べ、乳糖と脂質が多い。
- D 母乳には乳児用調製粉乳よりもビタミンKが多く含まれる。

(組み合わせ)

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

問8 次の文は、乳児用調製乳（特殊用途粉乳は含まない）に関する記述である。正しいものを一つ選びなさい。

- 1 乳児用調製乳は、100ml あたり 100kcal 程度である。
- 2 乳児用調製乳のたんぱく質は、母乳のたんぱく質に比べて消化吸収率が高い。
- 3 乳児用調製乳は、母乳に比べて鉄の含有量が少ない。
- 4 乳児用調製乳には、免疫グロブリンA（IgA）が添加されていない。
- 5 乳児用調製乳は、牛乳アレルギーのある乳児にも使用できる。

問9 次のうち、乳幼児期の栄養状態・身体発育の評価における体重に関する記述として、正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A 乳児期に比べて幼児期の増加の程度は小さい。
- B カウプ指数は、身長を体重の二乗で割った数値で表される。
- C 乳幼児身体発育曲線（体重）は、個人の計測値を集団の標準的な値（3～97 パーセンタイル値）と比較して評価する場合に用いられる。
- D 比較的短期間で乳幼児身体発育曲線（体重）のパーセンタイル曲線を下向きに2つ以上横切る体重増加不良となった場合でも、成長の過程で気にする必要はない。
- E 計測値が、乳幼児身体発育曲線（体重）の97パーセンタイル値を上回る幼児は、食事療法を中心に体重の減量を行う。

（組み合わせ）

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

問 10 次の文は、「平成 27 年乳幼児栄養調査結果の概要」（厚生労働省）における「現在子どもの食事で困っていること」（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 「特にない」とする回答は、その割合が最も多い 5 歳以上でも 2 割を少し超えた程度であった。
- B 全年齢で困っていることは「小食」が最も多かった。
- C 「遊び食べをする」と回答したのは 2 歳～3 歳未満で最も多く、子どもの年齢が上がるにつれ、減少した。
- D 「偏食する」と回答した保護者はほとんどいなかった。

(組み合わせ)

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

問 11 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）において、2～6 歳児の保護者を回答者として、主要な食物の摂取頻度を経済的な暮らし向き（「ゆとりあり」、「どちらともいえない」、「ゆとりなし」）で比べた結果、有意な差がみられた項目の組み合わせを一つ選びなさい。

- A ごはん、パン
- B 肉
- C 卵
- D 野菜
- E インスタントラーメンやカップ麺

（組み合わせ）

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

問 12 次の文は、妊娠期・授乳期の食事摂取基準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 胎児の神経管閉鎖障害のリスクを低減するため、妊娠期には葉酸必要量が高まる。
- B 胎児の骨形成不全を予防するため、妊娠期にはカルシウム必要量が高まる。
- C 妊娠後期は、血液循環量は増えるが、経血による鉄損失はないため、鉄必要量は非妊娠期と同じである。
- D 授乳期は、母乳にカルシウムを供給するが、腸管におけるカルシウムの吸収率が高まるため、カルシウム必要量は非妊娠期と同じである。
- E 新生児の新生児メレナを予防するため、授乳婦にはビタミンK必要量が高まる。

(組み合わせ)

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

問 13 次の文は、「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」(平成 16 年：厚生労働省)における記述である。「食育の目標」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 いつもお腹がいっぱいな子ども
- B 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- C 一緒に食べたい人がいる子ども
- D 食事づくりが得意な子ども
- E 食べ物を話題にする子ども

(組み合わせ)

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

問 14 次の文は、「保育所保育指針」第2章「保育の内容」の3「3歳以上児の保育に関するねらい及び内容」の一部である。(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。

健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、子どもの食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で保育士等や (A) と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への (B) や関心をもったりするなどし、食の (C) に気付き、(D) 食べようとする気持ちが育つようにすること。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	地域の人	興味	おいしさ	進んで
2	地域の人	愛着	おいしさ	選んで
3	地域の人	興味	大切さ	選んで
4	他の子ども	愛着	おいしさ	選んで
5	他の子ども	興味	大切さ	進んで

問 15 次の文は、「保育所保育指針」第3章「健康及び安全」の2「食育の推進」に関する記述である。適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 乳幼児期にふさわしい食生活が展開されるよう、食事の提供を含む食育計画を全体的な計画に基づいて作成する。
- 2 保育所における食育は、健康な生活の基本としての「食品の選択力」の育成をめざしている。
- 3 子どもが生活と学習の中で、意欲をもって食に関わる体験を積み重ね、食事を楽しむ合う子どもに成長していくことを期待する。
- 4 体調不良、食物アレルギーなど、一人一人の子どもの状態に応じることはできない。
- 5 保護者や地域の関係者とは関わりなく、保育所独自の食に関する取組を進める。

問 16 次の文は、保育所における食育の推進に向けた各職員の役割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 施設長は、献立作成会議や食育会議を設ける。
- B 保育士は、献立作成会議や食育会議に参加し、意見する。
- C 調理員は、保育の場に赴き、子どもと直接関わるのが望ましい。
- D 栄養士は、食育の計画・実践・評価のために、保育所に必置義務がある。
- E 全職員が、食育計画に基づく保育の実践を評価する。

(組み合わせ)

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

問 17 次の文は、「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」（平成 23 年：厚生労働省）における食物アレルギー対応の原則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 食物除去は完全除去を基本とする。
- B 食物除去の申請には、その必要性を保護者が判断し、記載した生活管理指導表が必要である。
- C 除去していた食物を解除する場合は、保護者からの口頭申請で可とする。
- D 家で摂ったことがない食物は基本的に保育所で午前中に与えて様子を見る。

(組み合わせ)

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

問 18 次の文は、「授乳・離乳の支援ガイド」（2019年改訂版）のⅡ－2「離乳の支援」に示されている食物アレルギーの予防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。

食物アレルギーとは、特定の食物を摂取した後にアレルギー反応を介して皮膚・呼吸器・消化器あるいは全身性に生じる症状のことをいう。有病者は（ A ）期が最も多く、加齢とともに漸減する。食物アレルギーの発症リスクに影響する因子として、遺伝的素因、皮膚バリア機能の低下、秋冬生まれ、特定の食物の摂取開始時期の遅れが指摘されている。乳児から幼児早期の主要原因食物は、（ B ）、牛乳、小麦の割合が高く、そのほとんどが（ C ）入学前までに治ることが多い。

（組み合わせ）

	A	B	C
1	乳児	そば	小学校
2	乳児	鶏卵	中学校
3	乳児	鶏卵	小学校
4	幼児	鶏卵	中学校
5	幼児	そば	中学校

問 19 次の文は、牛乳を原因食物とする食物アレルギーに関する記述である。正しいものを一つ選びなさい。

- 1 牛乳は、食物アレルギー原因食物の1位である。
- 2 牛乳が原因食物であると診断されたら、いわゆる三大アレルゲンも除去する。
- 3 牛乳が原因食物であると診断されたら、牛肉も除去する必要がある。
- 4 チーズやヨーグルトなどの加工食品にアレルゲンたんぱく質は含まれない。
- 5 牛乳の代替食品として、豆乳やアレルギー用ミルクを用いる。

問 20 次の文は、消費者庁が平成 22 年から平成 26 年までの 5 年間の子ども（14 歳以下）の窒息死事故について分析した内容と、窒息事故を予防するポイントに関する記述である。不適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 食品による窒息死事故は、大部分が 6 歳以下の子どもで起きている。
- 2 菓子類や果実類が原因となった窒息死事故例の報告はない。
- 3 予防するポイントとして、硬い豆・ナッツ類は 3 歳ごろまでは食べさせないようにする。
- 4 予防するポイントとして、食事の際はお茶や水などを飲んで喉を湿らせる。
- 5 予防のため、遊びながら、歩きながら、寝転んだまま食品を食べさせないようにする。