

令和5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 次の文のうち、18～29歳女性の鉄の摂取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。なお、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」（厚生労働省）によると、18～29歳女性（月経あり）の鉄の推奨量は10.5 mgである。

- A 20～29歳女性の鉄の摂取量（令和元年国民健康・栄養調査）は、10.5 mg/日より少ない。
- B 18～29歳女性・妊婦（初期）の鉄の推奨量は、10.5 mg より多い。
- C 18～29歳女性・妊婦（後期）の鉄の推奨量は、10.5 mg より少ない。
- D 18～29歳女性・授乳婦の鉄の推奨量は、10.5 mg より少ない。

（組み合わせ）

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

問2 次の文は、離乳初期に関する記述である。適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 生後5～6か月頃を目安とする。
- 2 果汁から始める。
- 3 卵は、卵白から始める。
- 4 味付けは、砂糖と塩で調味する。
- 5 母乳・育児用ミルクの量は減らす。

問3 次の文は、保育所が家庭に配布する献立表の活用に関する記述である。1歳児クラスの子どもをもつ家庭（保護者）との連携として、適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 子どもが初めて食べる食品について確認し、家庭で摂取してくるよう依頼する。
- 2 子どもが嫌いな食品の有無を、保護者に確認してもらう。
- 3 間食の要・不要を、保護者から申し出ってもらう。
- 4 子どもが箸をつかって食べられるか、保護者に確認する。
- 5 食物アレルギーのある子どもには、原則、家庭から弁当を持参してもらう。

問4 次のうち、大豆を主原料とする食品として正しい組み合わせを一つ選びなさい。

- A うどん
- B 豆腐
- C はんぺん
- D 醤油
- E 砂糖

(組み合わせ)

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

問5 次の文は、野菜の地産地消のメリッ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 新鮮な野菜を消費できる。
- B 自給率の向上につながる。
- C 地元農家が活性化される。
- D 流通コストが削減される。
- E 温室効果ガスが削減される。

(組み合わせ)

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

問6 保育所の屋上で育てた米を、秋に保育所給食で食べるという年間食育計画を作成することになった。次の【Ⅰ群】の1年の時期(目安)と【Ⅱ群】の米の生産に関する用語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 4月頃
- B 5月頃
- C 9月頃
- D 10月頃

【Ⅱ群】

- ア 精米
- イ 稲刈り・脱穀
- ウ 田植え
- エ 種粃まき

(組み合わせ)

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

問7 次の文は、身体的な障害のある子どもの摂食の支援に関する記述である。適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 少しでも自分の力で食べることができるように、食事用自助具を利用する。
- 2 スプーンですくいやすいように、縁がない皿に料理を盛りつける。
- 3 上体を反らせて、顎が上がった姿勢が、食べやすい。
- 4 食事形態は、同年齢の子どもと同様にする。
- 5 エネルギー必要量は、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」（厚生労働省）の同年齢の値を採用する。

問8 次の文は、体調不良の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 水分補給には、湯冷まし、乳幼児用イオン飲料などを少量ずつ与える。
- B 口内炎がある場合には、舌ざわりがなめらかで飲み込みやすいものを与える。
- C 便秘がある場合には、食事量の不足がないか確認する。
- D 嘔吐がある場合には、食物繊維が多い食事を与える。

(組み合わせ)

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

問9 次の文は、「人生最初の1000日」(WHO、UNICEF)に関する記述である。不適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 「人生最初の1000日」とは、生後から満3歳になるまでをさす。
- 2 「人生最初の1000日」の適切な栄養が将来の健康維持に重要である。
- 3 母親へのケアも重要である。
- 4 母乳育児が、5歳未満の子どもの死亡率を減らせるとして、推奨されている。
- 5 胎児期の発育が十分でない場合、成人後に肥満、2型糖尿病などの発症リスクが高まる可能性がある。

問10 次の文は、「第4次食育推進基本計画」(令和3年 農林水産省)における第1「食育の推進に関する施策についての基本的な方針」1.「重点事項」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一つ選びなさい。

- ・ (A) を通じた心身の健康を支える食育の推進
- ・ (B) 可能な食を支える食育の推進
- ・ 「新たな日常」や (C) に対応した食育の推進

(組み合わせ)

	A	B	C
1	子ども	持続	個別性
2	子ども	自立	デジタル化
3	生涯	持続	デジタル化
4	生涯	持続	個別性
5	生涯	自立	個別性

問11 次の文は、乳児期の栄養の特徴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 消化機能が未熟である。
- B 咀嚼機能は、原始反射である。
- C 体重1 kgあたりの推定エネルギー必要量は、成人に比べて少ない。
- D 脂質の食事摂取基準（目安量）は、エネルギー比率で20～30%である。
- E 母乳は、免疫グロブリン、ラクトフェリンを多く含み、感染症の予防効果がある。

（組み合わせ）

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

問12 次の文は、人工栄養に用いる乳汁に関する記述である。適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 育児用ミルクは、母乳とほぼ同じ成分になるよう、栄養素が調整されている。
- 2 乳児用液体ミルクは、常温保存が可能である。
- 3 特殊ミルクは、不足しがちな栄養素の補給に使用される。
- 4 フォローアップミルクは、牛乳に比べてエネルギーが高くなるよう調整されている。
- 5 生後7～8か月になったら、母乳や育児用ミルクからフォローアップミルクに切り替えることが望ましい。

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2～6歳児の保護者の「現在の子どもの食事について困っていること」という回答に関する記述である。適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 2歳～3歳未満では「遊び食べをする」と回答した者の割合が最も高い。
- 2 3歳～4歳未満では「むら食い」と回答した者の割合が最も高い。
- 3 4歳～5歳未満では「食事よりも甘い飲み物やお菓子を欲しがると回答した者の割合が最も高い。
- 4 どの年齢でも「偏食する」と回答した者が約1割であった。
- 5 どの年齢でも「特になし」と回答した者が約4割であった。

問14 次の文は、カルシウムに関する記述である。不適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 歯や骨の主成分である。
- 2 小魚に多く含まれる。
- 3 体内に多く存在する多量ミネラルの一つである。
- 4 筋肉の収縮に関わる栄養素である。
- 5 吸収促進にビタミンB₁が関わっている。

問15 次の【Ⅰ群】の語句と【Ⅱ群】の料理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 主食
- B 主菜
- C 副菜
- D 牛乳・乳製品

【Ⅱ群】

- ア ヨーグルト
- イ 冷奴
- ウ ポテトサラダ
- エ ざるそば

(組み合わせ)

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

問16 次の文は、離乳食の進め方の目安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 生後5～6か月ごろ、牛乳の使用を開始する。
- B 生後7～8か月ごろ、全がゆから軟飯に移行していく。
- C 生後9～11か月ごろ、1日3回食を開始する。
- D 生後12～18か月ごろ、調理形態は歯でかめるかたさが適当である。
- E 生後12～18か月ごろ、手づかみ食べをやめさせる。

(組み合わせ)

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

問17 次の文は、厚生労働省が示す衛生管理に基づいた保育所の対応に関する記述である。適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 配膳担当の保育士は、月に1回以上の検便を受けなければならない。
- 2 加熱調理した食品のみを提供する。
- 3 検食とは、調理の仕上げ前に責任者が味見をすることである。
- 4 保存食とは、万が一、災害が発生した時のための備蓄である。
- 5 調理後の食品は、調理終了後2時間以内に食べる。

問18 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」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一つ選びなさい。

- ・ 保育所における食育は、(A)な生活の基本としての「食を(B)力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標とすること。
- ・ 子どもが生活と(C)の中で、意欲をもって食に関わる体験を積み重ね、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期待するものであること。

(組み合わせ)

	A	B	C
1	豊か	営む	遊び
2	豊か	楽しむ	学び
3	健康	営む	遊び
4	健康	楽しむ	遊び
5	健康	営む	学び

問19 次の文は、幼児の間食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日3回の食事だけでは摂取しきれないエネルギーや栄養素を補う役割がある。
- B 量は、1日のエネルギー摂取量の20～30%とされる。
- C 市販品の菓子不使用。
- D 「平成27年度乳幼児栄養調査結果」によると、「時間を決めてあげることが多い」と回答した者の割合が2割ほどだった。

(組み合わせ)

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

問20 次の文は、食物アレルギーに関する記述である。適切な記述を一つ選びなさい。

- 1 食物アレルギーの有症率は、3歳児が最も高い。
- 2 原因食物は、多い順に鶏卵、乳製品、大豆である。
- 3 近年、くるみによるアレルギーの症例数は減っている。
- 4 保育所におけるアレルギー対応の原則は、「完全除去」である。
- 5 保育所におけるアレルギー対応は、保護者の要望を最優先に実施する。