

やまだの保育

2009年 保育士試験（筆記試験） 問題・正答 ＝(5)小児栄養 編＝

掲載日：2011年10月1日

- ★ 問題文は、「やまだの保育」による複製であり、番号や数値等の表記を一部加工しています。
- ★ 筆記試験の問題・正答・解説の構成は、以下の通りです。
 - (1)社会福祉編, (2)児童福祉編, (3)発達心理学・精神保健編, (4)小児保健編, (5)小児栄養編,
 - (6)保育原理編, (7)教育原理・養護原理編, (8)保育実習理論編
- ★ 全国保育士養成協議会は、以下を「不適切問題」として発表しました。
 - ①発達心理学:問 10
(理由)「選択肢の中に正答が複数存在することから、受験者全員を正解とします。」
 - ②保育原理:問 15
(理由)「選択肢の中に正答が複数存在することから、受験者全員を正解とします。」
 - ③保育実習理論:問 14
(理由)「選択肢の中に正答が存在せず、解答不能となるため、受験者全員を正解とします。」

(5)小児栄養 編 (20問)	正答
<p>問 1</p> <p>次の文のうち、「食生活指針」(平成 12 年:文部省, 厚生省, 農林水産省)の一部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。</p> <p>A. 毎日の食事で, 平均寿命をのばしましょう。</p> <p>B. 肉などを毎食とって, たんぱく質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。</p> <p>C. 日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。</p> <p>D. 牛乳・乳製品, 緑黄色野菜, 豆類, 小魚などで, カルシウムを十分にとりましょう。</p> <p>E. 脂肪のとりすぎをやめ, 脂肪は 1 日 10g 未満にしましょう。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCDE</p> <p>①○○○○×</p> <p>②○×○×○</p> <p>③○××○○</p> <p>④×○×○×</p>	<p>⑤</p>

⑤ × × ○ ○ ×	
<p>問 2</p> <p>次の【Ⅰ群】の記述と、【Ⅱ群】の疾患名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。</p> <p>【Ⅰ群】</p> <p>A. わが国におけるこの疾患の患者数は、生活習慣と社会の変化にともなって、増加の傾向にある。この疾患は自覚症状がないことが多く、また、放置すると重大な合併症を引き起こすことが多い。発症にはエネルギー過剰摂取などの食生活が深くかかわっており、小児期からの望ましい食生活習慣の改善が発症の予防に大きく貢献する。</p> <p>B. 現在、わが国最大の死亡原因である。これに対応するためには、生活習慣の改善による予防のための取り組みが重要である。また、この疾患の診断・治療技術も進歩してきており、検診による早期発見・早期治療により、死亡者数の低下も期待される。</p> <p>C. わが国の主要な死亡原因の一つである。また、この疾患の後遺症は寝たきりや認知症の主要な要因となっている。この疾患の死亡率及び罹患率を改善するためには、生活習慣の改善と早期発見が重要である。</p> <p>【Ⅱ群】</p> <p>ア. 脳血管疾患</p> <p>イ. 1型糖尿病</p> <p>ウ. 2型糖尿病</p> <p>エ. 肺炎</p> <p>オ. がん</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>A B C</p> <p>①アオエ</p> <p>②イアオ</p> <p>③イオア</p> <p>④ウエオ</p> <p>⑤ウオア</p>	⑤
<p>問 3</p> <p>次の文は、乳児の消化機能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。</p> <p>A. 唾液には、糖質、脂肪、たんぱく質を分解する酵素が含まれている。</p>	⑤

<p>B. でんぷんは、胃液に含まれるでんぷん分解酵素ペプシンによって、プロテオーズ、ペプトンなどででんぷんより分子の小さい物質に分解される。</p> <p>C. 生後 2, 3 か月頃までは、たんぱく質分解酵素である膵アミラーゼの活性はきわめて低いので、たんぱく質の消化は不十分である。</p> <p>D. マルターゼ、スクラーゼ、ラクターゼは、いずれも二糖類分解酵素である。なかでも、乳汁中の乳糖を分解するラクターゼは、胎児期から活性があり、満期出生時にはその活性は高いレベルに達しているとされる。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①〇〇×〇</p> <p>②〇×〇×</p> <p>③×〇〇〇</p> <p>④×〇××</p> <p>⑤×××〇</p>	
<p>問 4</p> <p>次の文は、乳幼児の発育・発達と食生活に関する記述である。適切な記述を〇、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。</p> <p>A. 乳児は、指をしゃぶったり、おもちゃを口に入れたりして遊ぶことで、食べる・話すなどの口の発達が促されるので、おもちゃなどは清潔にして与えるようにする。</p> <p>B. からだの大きさや発育には個人差があり、一人ひとり特有の成長パターンを描いて成長していくので、母子健康手帳にあるスキャモンの発育曲線に身長や体重の数値を記入して、成長過程を確認するとともに食事量の評価を行うようにする。</p> <p>C. 離乳期の子どもが自発的に食べる行動を起こすには、食事時間に空腹を感じることが基本となるので、たっぷり遊んで、定期的に食事をとり、生活のリズムを整えるようにする。</p> <p>D. 主として幼児期前半では、自分の手でとった食物を、その大きさに応じて前歯で噛みとり、固さに応じて、生えている奥歯でそしゃくするという一連の食べる動きの練習を繰り返していく。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①〇〇〇×</p> <p>②〇〇×〇</p>	③

<p>③○×○○ ④○×○× ⑤×○×○</p>	
<p>問 5</p> <p>次の文は、「五訂増補日本食品標準成分表」(文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会報告)及び「改訂日本食品アミノ酸組成表」(科学技術庁資源調査会編)における各食品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。</p> <p>A. 普通牛乳に含まれる脂肪酸の量を種類別にみると, 不飽和脂肪酸より飽和脂肪酸のほうが多い。</p> <p>B. とうもろこし油(別名:コーンオイル)には, 脂質のほかにビタミンEも含まれている。</p> <p>C. 大豆(国産, 全粒, 乾)は, 約70%がたんぱく質である。</p> <p>D. 鶏卵(全卵, 生)には, ビタミンCが含まれていない。</p> <p>E. 鶏卵(全卵, 生)のアミノ酸スコアは70である。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCDE</p> <p>①○○○×○ ②○○×○× ③○×○○× ④××○×○ ⑤×××○×</p>	②
<p>問 6</p> <p>次の文は, 炭水化物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。</p> <p>A. 砂糖(上白糖)の約98%は麦芽糖である。</p> <p>B. エネルギー源としての炭水化物の特性は, 脳, 神経組織, 赤血球など, ぶどう糖しかエネルギー源として利用できない組織にぶどう糖を供給することである。</p> <p>C. 「日本人の食事摂取基準(2005年版)」では, 炭水化物の摂取基準は, 男性女性とも18歳以上において, エネルギー比率(%エネルギー)として, 目標量が示されている。</p> <p>D. 「五訂増補日本食品標準成分表」(文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会報告)では, 食物繊維を, 「ヒトの消化酵素で消化されない食品中の難消化性成分の総体」としている。</p>	③

<p>E. グリコーゲンは、肝臓と筋肉に蓄えられている三糖類(小糖類)である。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCDE</p> <p>①○○○○○</p> <p>②○×××○</p> <p>③×○○○×</p> <p>④××○×○</p> <p>⑤×××○×</p>	
<p>問 7</p> <p>次の文は、脂肪酸に関する記述である。正しいものを一つ選びなさい。</p> <p>①オレイン酸は、飽和脂肪酸であり、バターに多く含まれている。</p> <p>②ドコサヘキサエン酸(DHA)は、炭素鎖に二重結合を一つ有する一価不飽和脂肪酸である。</p> <p>③ドコサヘキサエン酸(DHA)は、さば、さんまなどの青皮の魚に多く含まれ、オリーブ油やごま油にも豊富に含まれている。</p> <p>④リノール酸は、不飽和脂肪酸である。</p> <p>⑤葉酸は、必須脂肪酸である。</p>	④
<p>問 8</p> <p>次の文は、妊娠期の栄養と食生活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。</p> <p>A. 「妊産婦のための食生活指針」(厚生労働省)では、妊娠中期から末期においてビタミンAの過剰摂取にならないよう注意を促している。</p> <p>B. 妊娠中の望ましい体重増加量は、妊娠前の体型によっても異なる。食事の内容やとり方、生活のしかたを考えて、体重の増え方が順調かを確認するよう心がける。</p> <p>C. 「日本人の食事摂取基準(2005 年版)」では、妊婦における脂肪エネルギー比率(%エネルギー)の目標量は、18~29 歳の非妊娠時と同じ 20 以上 30 未満となっている。</p> <p>D. 「日本人の食事摂取基準(2005 年版)」では、妊婦におけるナトリウムの付加量は設定されていない。</p> <p>E. 食事は 1 日 3 食をとり、特定の料理や食品に偏らないように配慮することが望まれる。</p> <p>(組み合わせ)</p>	③

<p>ABCDE</p> <p>①〇〇×〇〇</p> <p>②〇××〇×</p> <p>③×〇〇〇〇</p> <p>④×〇×××</p> <p>⑤××〇×〇</p>	
<p>問 9</p> <p>次の文は、授乳期の栄養と食生活についての記述である。適切な記述を〇、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。</p> <p>A. 「日本人の食事摂取基準(2005 年版)」では、授乳婦のカルシウムの付加量は設定されていないが、多様な食品を組み合わせ、必要とされる量のカルシウムが摂取できるように配慮する。</p> <p>B. 「日本人の食事摂取基準(2005 年版)」では、授乳婦のたんぱく質(推奨量:g/日)の付加量は+ 20 となっており、これは妊婦の付加量よりも多い。</p> <p>C. 「日本人の食事摂取基準(2005 年版)」では、授乳婦における推定エネルギー必要量は、「総エネルギー消費量+泌乳量相当分-体重減少分」として求められている。</p> <p>D. 授乳期における喫煙、受動喫煙、飲酒は、母乳分泌に影響を与えるので、授乳婦は禁煙、禁酒に努め、周囲にも協力を求めることが望ましい。</p> <p>E. 「妊産婦のための食事バランスガイド」(厚生労働省)では、授乳期には、副菜、主菜、果物の3つの料理区分だけに、それぞれ1つ(SV)を付加した量を目安とするとしている。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCDE</p> <p>①〇〇〇〇×</p> <p>②〇〇×〇×</p> <p>③〇×〇××</p> <p>④×〇×〇〇</p> <p>⑤×××〇〇</p>	①
<p>問 10</p> <p>次の文は、乳汁栄養についての記述である。適切な記述を〇、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。</p> <p>A. 「平成 17 年度乳幼児栄養調査」(厚生労働省)における授乳期の栄養方法に関する</p>	①

<p>る調査結果によると、母乳栄養(母乳のみを与える)、混合栄養(母乳と粉ミルクを与える)、人工栄養のうち、生後3か月で最も割合が多いのは、混合栄養である。</p> <p>B. 「平成17年度乳幼児栄養調査」(厚生労働省)における「母乳育児に関する妊娠中の考え」についての調査結果によると、「母乳ができれば母乳で育てたいと思っていた」と「ぜひ母乳で育てたいと思っていた」を合わせた割合は90%を超えている。</p> <p>C. 「乳児用調製粉乳の安全な調乳、保存及び取扱いに関するガイドライン」(WHO/FAO共同作成)では、調乳するときのお湯は、一度沸騰させた後、70℃以上にまで冷却させたものを用い、70℃以上を保つために、お湯は沸騰させた後30分以上放置しないとされている。</p> <p>D. 「日本人の食事摂取基準(2005年版)」において、出生後6か月未満の乳児では、母乳の基準哺乳量を0.78L/日としている。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①○○○○</p> <p>②○×○×</p> <p>③○××○</p> <p>④×○○○</p> <p>⑤××○×</p>	
<p>問11</p> <p>次の文は、母乳及び母乳育児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。</p> <p>A. 同量の母乳と牛乳(普通牛乳)を比較すると、糖質は母乳の方が多い。</p> <p>B. 同量の母乳と育児用ミルク(調製粉乳を13%濃度で調乳したミルク)を比較すると、母乳の鉄の含有量は、育児用ミルクとほぼ同じである。</p> <p>C. 母乳にコレステロールは含まれていない。</p> <p>D. 「母乳育児を成功させるための十か条」(WHO/UNICEF共同発表)では、分娩後30分以内の授乳と、母子同室を勧めている。</p> <p>E. 母乳育児の利点のひとつとして、出産後の母体の回復を促進することがあげられる。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>①ABE</p> <p>②ACD</p> <p>③ADE</p>	③

<p>④BCE ⑤BDE</p>	
<p>問 12 次の文は、「授乳・離乳の支援ガイド」(平成 19 年:厚生労働省)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。</p> <p>A. 離乳開始後ほぼ 1 か月間は, 離乳食を飲み込み, その舌ざわりや味に慣れることが主な目的である。</p> <p>B. 生後 7, 8 か月頃は, つぶした食べものをひとまとめにする動きを覚えはじめるので, とろみをつけるなど, 飲み込みやすくする工夫も必要である。</p> <p>C. 生後か月頃から, 離乳食は 1 日 3 回にして, 歯ぐきで噛める固さのものを与える。離乳食の量を増やしていき, 離乳食後の母乳又は育児用ミルクは中止する。</p> <p>D. 生後 12 から 18 か月頃は, 1 日 3 回の食事と, その他に 1 日 1~ 2 回の間食を目安とする。</p> <p>E. 離乳は子どもの成長や発達状況, 日々の子どもの様子を見ながら進め, 強制しないようにして, 食べる楽しさを体験させるよう心がける。</p> <p>(組み合わせ) ABCDE ①○○○×× ②○○×○○ ③○×○×○ ④×○×○○ ⑤××○○○</p>	<p>②</p>
<p>問 13 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)の内容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。</p> <p>A. 離乳期では, 離乳食を通して少しずついろいろな食べ物に親しみながら「食べる意欲を大切に, 食の体験を広げよう」を目標にする。</p> <p>B. 離乳期における「手づかみ食べ」は, 食べ物を目で確かめて, 物をつかんで, 口まで運び, 口に入れるという行動の発達であり, それを繰り返すうちに, スプーンや食器にも関心をもち始める。</p> <p>C. 幼児期では, 食べる量はその日の活動量によっても異なるので, 十分に遊ぶなど充</p>	<p>④</p>

<p>実した生活を送り、用意された食事の中から、子ども自身が食べる量を加減して食べてみることで、ちょうどよい量がわかるようになる。</p> <p>D. 幼児期では、いろいろな食べ物を見る、触る、味わう体験を通して、自分で進んで食べようとする力を育んでいく。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①〇〇〇〇</p> <p>②〇〇××</p> <p>③〇××〇</p> <p>④×〇〇×</p> <p>⑤××〇〇</p>	
<p>問 14</p> <p>次の文は、幼児期の食生活に関する記述である。適切な記述を〇、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。</p> <p>A. 「乳幼児身体発育値」(平成 12 年調査)によると、満 1 歳から満 2 歳までの 1 年間の体重増加量は、出生から満 1 歳までの 1 年間の体重増加量を上回る。</p> <p>B. 「平成 17 年度乳幼児栄養調査」(厚生労働省)によると、子どもの食事で「困っていること」は年齢によって異なり、「偏食する」の割合は、1 歳以降では年齢が高くなるにつれて減少していく傾向がみられる。</p> <p>C. 幼児期には、食べ方のむらがみられる場合がある。機嫌がよく、日常生活が普段と変わらないようであれば、食事を無理強いすることや、だらだら食べさせることはやめるようにする。</p> <p>D. 行事食や郷土食を取り入れて、食文化に触れるとともに、幼児の食べ物への関心が広がるように努める。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①〇〇〇〇</p> <p>②〇×〇×</p> <p>③×〇〇〇</p> <p>④××〇〇</p> <p>⑤×××〇</p>	④
<p>問 15</p> <p>次の文は、学童期・思春期の栄養・食生活についての記述である。適切な記述を〇、不</p>	⑤

<p>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。</p> <p>A.「日本人の食事摂取基準(2005年版)」では、男性女性ともに15～17歳の脂肪エネルギー比率(%エネルギー)の目標量は、20以上25未満であり、これは18～29歳と同じである。</p> <p>B.「日本人の食事摂取基準(2005年版)」では、男性女性ともに10～11歳以上の各年齢区分において、コレステロールの目標量が設定されている。</p> <p>C.学童期・思春期では、食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解するとともに、正しい知識・情報に基づいて、食物の品質および安全性について自ら判断できる能力を身につけることが望まれる。</p> <p>D.「健やか親子21」の各課題の取り組みの指標のひとつに、「15歳の女性の思春期やせ症(神経性食欲不振症)の発生頻度」が盛り込まれている。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①○○○○</p> <p>②○○××</p> <p>③○×○×</p> <p>④×○×○</p> <p>⑤××○○</p>	
<p>問 16</p> <p>次の文は、平成21年4月施行の「学校給食法」に関する記述である。不適切な記述を一つ選びなさい。</p> <p>①この法律は、学校給食の普及充実及び学校における食育の推進を図ることを目的としている。</p> <p>②学校給食の目標のひとつに、「食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。」があげられている。</p> <p>③学校給食の目標のひとつに、「食生活の合理化、栄養の改善及び健康の増進を図ること。」があげられている。</p> <p>④学校給食の目標のひとつに、「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。」があげられている。</p> <p>⑤この法律では、学校給食の実施に必要な施設及び設備の整備及び管理、調理の過程における衛生管理その他の学校給食の適切な衛生管理を図る上で必要な事項につ</p>	③

<p>いて維持されることが望ましい基準を「学校給食衛生管理基準」といい、文部科学大臣がこれを定めるとしている。</p>	
<p>問 17</p> <p>次の文は、小児の肥満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。</p> <p>A. 肥満している小児の食事療法では、成長・発達を妨げないことが重要である。したがって軽度肥満であれば、摂取エネルギーを厳しく制限するのは適切ではなく、食習慣や生活習慣の見直しを主体として、肥満度の解消に重点をおくようにする。</p> <p>B. 「授乳・離乳の支援ガイド」(平成 19 年:厚生労働省)では、「離乳期は、肥満の心配はいらない」としている。</p> <p>C. 「平成 20 年度学校保健統計調査」(文部科学省)によると、5 歳での肥満傾向児の出現率は、男女とも約 3%である。</p> <p>D. 「平成 20 年度学校保健統計調査」(文部科学省)によると、9 歳から 17 歳での肥満傾向児の出現率は、男子では 10%以上である。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①○○○○</p> <p>②○○××</p> <p>③○×○○</p> <p>④×○×○</p> <p>⑤××○×</p>	<p>③</p>
<p>問 18</p> <p>次の文は、小児の貧血(鉄欠乏性貧血)と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。</p> <p>A. 赤血球中の血色素であるヘモグロビンは、鉄を含む色素と、たんぱく質が結合した物質であり、血液において酸素の運搬に重要な役割を果たす。</p> <p>B. 銅は、赤血球の形成を助け、鉄の代謝に関与する無機質である。貝類やレバーなどに多く含まれている。</p> <p>C. 通常の食事における鉄の吸収率は 80%程度とされる。鉄の吸収利用率をさらに高めるには、果物や緑黄色野菜に多く含まれるビタミンDが役立つ。</p> <p>D. 離乳食における鉄の補給には、調理に育児用ミルクを使用することも勧められる。</p> <p>(組み合わせ)</p>	<p>②</p>

<p>ABCD</p> <p>①○○○×</p> <p>②○○×○</p> <p>③○××○</p> <p>④×○○×</p> <p>⑤××○○</p>	
<p>問 19</p> <p>次の文は、障害をもつ小児の食事介助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。</p> <p>A. 口の周りを触れると嫌がったり、全身の緊張を引き起こしたりする状態を過敏といい、この場合は過敏を取り除くことから始める必要がある。</p> <p>B. 食物の固さ・大きさ・粘稠度の程度は、月齢や年齢で区分するのではなく、そしゃく、嚥下がしやすい食品や調理形態を、子どもの摂食能力に合わせて段階的に準備することが大切である。</p> <p>C. 食べる機能の発達を促すためには、口腔内を健康に保つことが重要であり、食後のブラッシングを習慣化するとよい。</p> <p>D. 食事の際に、楽に姿勢保持ができるように、日常生活の中で上体を起こした姿勢を保つ訓練を、子どもの全身状態にあわせて行うとよい。</p> <p>(組み合わせ)</p> <p>ABCD</p> <p>①○○○○</p> <p>②○×○○</p> <p>③○×○×</p> <p>④×○×○</p> <p>⑤××○○</p>	①
<p>問 20</p> <p>次の文は、児童福祉施設の給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。</p> <p>A. 児童厚生施設には、調理室を設けなければならない。</p> <p>B. 給食の運営においては、子どもや保護者等に対する献立の提示等食に関する情報提供や、食事作り等食に関する体験の機会の提供等、「食育」の実践に努める。</p> <p>C. 「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 17 年:厚生労働省)では、食事計画を目的として「食事摂取基準」を活用する場合は、個人</p>	④

を対象とすることを基本に、個人の習慣的な摂取量を推定平均必要量に近づけることを目指すとされている。

D. 子どものそしゃくや嚥下機能、食具使用の発達状況等を観察し、その発達を促すことができるよう、食品の種類や調理方法に配慮する。

(組み合わせ)

ABCD

①○○×○

②○×○○

③×○○○

④×○×○

⑤××○×