

平成22年度協会主催栄養士実力認定試験 問題

◎指示があるまで開かないでください。

[注意事項]

1. 試験の時間

試験時間は120分です。


2. 試験問題の数

試験問題は1から80まで80問です。

3. 学校コード、受験番号、氏名の記載方法

まず受験票により解答用紙上段の学校コード（5ケタ）、受験番号（4ケタ）、氏名（フリガナ付）を数字と文字で記入してください。次に学校コード及び受験番号の該当する○を塗りつぶして(マークする)ください。

※マークのしかた

(良い例) 


(悪い例)      
うすい 細い 短い はみ出し ななめ 外側だけ

4. 解答方法

解答方法は、各問題の(1)から(5)の中から質問に対する答えを一つ選び、解答用紙の解答欄に該当する部分(番号)の○を塗りつぶしてください。

なお、各問題に二つ以上解答する(塗りつぶす)と誤りとなりますので注意してください。

5. その他の注意事項

- ・解答の作成には必ず HB の鉛筆を使用し、濃く塗りつぶして(マークする)ください。○の外にはみ出さないように注意してください。
- ・解答を修正した場合は必ず「消しゴム」であとが残らないように完全に消してください。
なお、鉛筆の色が残ったり、「」のような消し方などをした場合は、修正したことになりませんので注意してください。
- ・解答用紙を折り曲げたり、メモなどで汚したりしないよう特に注意してください。

社団法人全国栄養士養成施設協会

(平成22年12月)

問題1 環境汚染についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) オゾン層の破壊は、硫化水素による。
- (2) ダイオキシン類は、環境中で容易に分解される。
- (3) 地球の温暖化の影響の一つに、新興・再興感染症の発生や流行がある。
- (4) 酸性雨は、二酸化炭素による。
- (5) 赤潮は、酸素不足でプランクトンが死ぬことにより発生する。

問題2 保健統計の指標についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 年齢別死亡率は、いずれの年代でも変わらない。
- (2) 合計特殊出生率とは、一人の女性が一生の間に産む平均子供数である。
- (3) 50歳以上死亡割合（PMI）は、途上国に比べ先進国が高い。
- (4) 死因の集計には、死亡診断書の原死因が用いられる。
- (5) 乳児死亡率は、新生児死亡率を下回らない。

問題3 生活習慣病についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 肝がんの危険因子は、食塩の過剰摂取である。
- (2) 2型糖尿病では、インスリンの感受性が上昇する。
- (3) HDLコレステロール高値は、虚血性心疾患の危険要因である。
- (4) 喫煙は、虚血性心疾患の危険因子にはならない。
- (5) 本態性高血圧患者には、食生活の改善指導などが必要である。

問題4 わが国の現在の感染症対策についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 予防接種の実施
- (2) 検疫業務の実施
- (3) 感染症の感染力や症状の重篤性に基づく分類の設定
- (4) 結核予防法の制定
- (5) エイズ対策の実施

問題5 学校保健安全法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) この法律において「学校」とは、学校教育法に規定する学校をいう。
- (2) 学校は各学年定期に、児童生徒等の健康診断を行わなければならない。
- (3) 学校の設置者は、感染症の予防上必要があるときには、臨時に学校の休業を行う。
- (4) 学校医は、感染症にかかっている児童生徒等に、出席を停止させることができる。
- (5) 児童生徒等に対する通学を含めた、学校生活における安全に関する指導を行う。

問題6 少子化についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 現在、年少人口（0～14歳）は、老年人口（65歳以上）よりも少ない。
- (2) 第二次大戦後、年間出生数が100万人を下回ったことはない。
- (3) 現在の年間出生数は、第二次大戦後の最も多かった年の半分以下である。
- (4) 現在の少子化の原因の一つに、初婚年齢の上昇（晩婚化）があげられる。
- (5) この10年間、合計特殊出生率は、前年の合計特殊出生率を毎年下回っている。

問題7 障害者についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 障害者には、身体障害者と知的障害者の二種類がある。
- (2) 障害者の雇用については、その雇用率の設定の検討が行われている。
- (3) 障害者の就業できない職種は、警察官、自衛官などを除いて、なくなる方向である。
- (4) 障害者の総数は、授産期や生後の健康管理の強化により、減少してきている。
- (5) 内部障害とは、発達障害や認知症など脳に関する障害のことである。

問題8 母子保健についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 母子保健法に定める幼児の健康診査は、1歳6か月児健診と3歳児健診である。
- (2) 妊娠の届け出による母子健康手帳は、都道府県知事が交付している。
- (3) 妊娠高血圧症候群や合併症については、訪問指導や低所得者への医療援護が行われる。
- (4) 低出生体重児とは、出生時体重2500g未満の乳児を指す。
- (5) わが国の新生児・乳児の死亡率は、国際的にみても低水準である。

問題 9 心臓の機能と構造についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 右心房には、肺静脈が開口する。
- (2) 右の房室弁が、僧帽弁である。
- (3) 洞房結節は、心臓のペースメーカーである。
- (4) 冠状動脈は、大動脈弓から分岐する。
- (5) 副交感神経は、心拍数を増加させる。

問題 10 嚥下についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 口腔期での舌の働きは、不随意運動である。
- (2) 食塊は、食道内を蠕動運動により移送される。
- (3) 喉頭期では、食塊を口腔から喉頭へ移動させる。
- (4) 食塊は、食道の端から胃の幽門に入る。
- (5) 嚥下の中樞は、小脳にある。

問題 11 呼吸器系についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 肺の下面は、横隔膜に接している。
- (2) 右肺は2葉、左肺は3葉に分かれている。
- (3) 鼻腔から咽頭までを、上気道という。
- (4) 横隔膜が収縮すると、胸腔が縮小する。
- (5) 最大吸気量は、肺活量より多い。

問題 12 消化器系の機能調節についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ガストリンは、胃液の分泌を抑制する。
- (2) 交感神経は、胆嚢を収縮させる。
- (3) セクレチンは、胃の運動を高める。
- (4) 交感神経は、膵液の分泌を増加させる。
- (5) コレシストキニン・パンクレオザイミンは、胆汁の分泌を増加させる。

問題 13 消化腺についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 耳下腺から分泌される唾液は、粘液性である。
- (2) 膵臓の外分泌部は、ランゲルハンス島と呼ばれる。
- (3) 膵管は、回腸に開口している。
- (4) 膵臓は、アルカリ性の液を腸に分泌する。
- (5) 胆汁は、胆嚢の細胞で産生される。

問題 14 血液についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 血小板は、血液凝固に働く。
- (2) 白血球の中では、リンパ球が最も多い。
- (3) 赤血球は、骨髄で破壊される。
- (4) 血漿とは、血清からフィブリノゲンを除いたものである。
- (5) 脱水時には、ヘマトクリット値が低下する。

問題 15 体液についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 健康成人の体液量は、体重の約20%である。
- (2) 細胞内液は、細胞外液より多い。
- (3) 細胞内液の主要な陽イオンは、ナトリウムイオンである。
- (4) 血漿は、細胞内液である。
- (5) 体重当たりの水分量は、乳幼児よりも高齢者が多い。

問題 16 糖質と糖質代謝についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 解糖により、グルコースからグリコーゲンが生成される。
- (2) 解糖系は、ミトコンドリアでグルコースを嫌氣的に分解する。
- (3) 解糖系では、1分子のグルコースから2分子のATPができる。
- (4) デンプンは、グルコースとフルクトースが多数結合した多糖類である。
- (5) クエン酸回路は、好氣的状態でも嫌氣的状態でも同様に進む。

問題 17 核酸についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 隣り合う4つの塩基の組み合わせを、コドンという。
- (2) DNA分子中のシトシンに対応する相補的塩基は、アラニンである。
- (3) プリンヌクレオチドの塩基部分の最終代謝産物は、アンモニアである。
- (4) 二本鎖のDNAのそれぞれを鋳型にして、DNAを新たに合成する過程を転写という。
- (5) DNAは、2本のポリヌクレオチド鎖の二重らせん構造である。

問題 18 カルシウム代謝調節ホルモンについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) カルシトニンは、血中カルシウム濃度を上昇させる。
- (2) パラトルモン（副甲状腺ホルモン）は、血中カルシウム濃度を低下させる。
- (3) パラトルモンは、腎臓でのカルシウムの再吸収を促進する。
- (4) 活性型ビタミンDは、腸管でのカルシウムの吸収を抑制する。
- (5) 活性型ビタミンDは、腎臓でのカルシウムの再吸収を抑制する。

問題 19 アミノ酸についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) たんぱく質を構成するアミノ酸は、10種類である。
- (2) プロトンビンを構成するアミノ酸には、 γ -カルボキシグルタミン酸がある。
- (3) ロイシン、リシン、イソロイシンは、糖原性アミノ酸である。
- (4) アミノ酸のアミノ基は、胆汁酸として排泄される。
- (5) コバルトは、メチオニンの構成元素である。

問題 20 酵素についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 生体内で触媒活性をもつたんぱく質を、酵素という。
- (2) 酵素は、活性化エネルギーを高くして、反応を進みやすくしている。
- (3) 基質が結合する部位を、アロステリック部位という。
- (4) ビタミンCは、補酵素の作用をもつ。
- (5) 酵素反応速度は、pHによる影響を受けない。

問題 21 細胞についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 生体膜は、リン脂質の親水性部分を内側にして向かい合った脂質二重層である。
- (2) 生体膜に存在するホルモン受容体は、細胞内の情報を細胞外に伝達している。
- (3) Ca^{2+} は、生体膜を自由に通過することができる。
- (4) たんぱく質の合成は、リソソームで行われている。
- (5) 細胞は、エネルギーを使って Na^+ を細胞外へ汲み出し、 K^+ を取り込んでいる。

問題 22 コレステロールについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) コレステロールの合成は、ミトコンドリアで行われる。
- (2) キロミクロン中のコレステロールは、食事由来のものである。
- (3) LDLは、末梢組織から余剰なコレステロールを回収する働きをもつ。
- (4) コレステロールは、ペプチドホルモンの前駆体である。
- (5) コレステロールは、細胞膜に含まれない。

問題 23 生体エネルギーについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) AMP (アデノシン一リン酸) は、高エネルギーリン酸結合をもつ。
- (2) 筋肉では、クレアチンとしてエネルギーが貯蔵されている。
- (3) 酸化リン酸化によるATPの合成は、細胞質で進行する。
- (4) 脱水素酵素により離脱した水素が、他の物質に付加する反応を還元という。
- (5) 電子伝達系において、電子は最終的に炭酸ガスに移る。

問題 24 食品の物性についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 食品の舌ざわり、歯ごたえ、喉ごしなどの食感を総称して、テクスチャーという。
- (2) エマルションには、水中油（滴）型と油中水（滴）型があり、バターは後者に属する。
- (3) サスペンションは、液体の中に微粒子が分散したもので、味噌汁や果汁などである。
- (4) ゼラチンは、加熱するとゲルになり、冷却するとゾルになる。
- (5) 食品の物理的性質は、硬さ、凝集性、粘弾性、粘着性などの力学的特性値で示される。

問題 25 五訂増補日本食品標準成分表についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) レチノール当量は、レチノール量と β -カロテン量を合計したものである。
- (2) たんぱく質量は、二酸化窒素の値に窒素たんぱく質換算係数を乗じて求める。
- (3) 炭水化物量には、食物繊維量は含まれない。
- (4) 脂肪酸は、飽和脂肪酸と多価不飽和脂肪酸の二つに分けて記載されている。
- (5) 食塩相当量は、ナトリウム量に2.54を乗じて求める。

問題 26 たんぱく質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) アミノ酸同士の結合を、グリコシド結合という。
- (2) カゼインは、複合たんぱく質である。
- (3) コラーゲンは、球状たんぱく質である。
- (4) たんぱく質の変性によって、アミノ酸の配列順序が変化する。
- (5) たんぱく質は、等電点で溶解しやすくなる。

問題 27 脂肪酸についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 飽和脂肪酸は、炭素数が多いほど融点が高い。
- (2) 不飽和脂肪酸は、二重結合が多いほど酸化されやすい。
- (3) 低級脂肪酸は、高級脂肪酸よりもケン化価が小さい。
- (4) α -リノレン酸は、体内でDHAに合成される。
- (5) トランス型脂肪酸は、硬化油の製造で生成する。

問題 28 水分についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食品中の自由水は、細菌の増殖に利用される。
- (2) 食品中の結合水は、カビの増殖に利用される。
- (3) 砂糖を含む食品では、砂糖濃度が高いほど水分活性が高い。
- (4) 食塩を含む食品では、食塩濃度が高いほど水分活性が高い。
- (5) 水分含量が同じ食品では、自由水が少ないほど水分活性が高い。

問題 29 乳・乳製品についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 牛乳に砂糖を加えて濃縮したものを、エバミルクという。
- (2) LL牛乳（ロングライフミルク）は常温で保存することができる。
- (3) チーズ製造で、牛乳からカゼインを除いた透明な液体をカードという。
- (4) クリームは、油中水（滴）型エマルションである。
- (5) バター製造で、クリームを激しく攪拌することをワーキングという。

問題 30 糖質についての記述である。誤りはどれか。

- (1) スクロースは、砂糖の主成分である。
- (2) マルトースは、麦芽、甘酒、水あめに含まれる。
- (3) フルクトースは、ラクトースの構成成分である。
- (4) ラクトースは、哺乳動物の乳に含まれる。
- (5) キシリトールは、糖アルコールである。

問題 31 特別用途食品についての記述である。誤りはどれか。

- (1) アレルゲン除去食品は、特別用途食品の一つである。
- (2) 特別用途食品には、国が決めたマークがある。
- (3) 特定保健用食品は、特別用途食品の一つである。
- (4) 特別用途食品には、高齢者用食品や病者用組合わせ食品がある。
- (5) 特別用途食品は、健康増進法に基づき国が許可するものである。

問題 32 味覚成分についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) アスパルテームは、天然甘味料である。
- (2) テアニンは、核酸系列の旨味成分である。
- (3) テオブロミンは、ココアの苦味成分である。
- (4) カプサイシンは、ショウガの辛味成分である。
- (5) キシリトールは、ショ糖の200倍の甘味度をもつ。

問題 33 小麦の加工品についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ビーフンは、小麦粉から作られる。
- (2) 中華めんの製造には、薄力粉が用いられる。
- (3) 麩は、小麦粉のでんぷんを加工したものである。
- (4) 強力粉は、薄力粉に比べて炭水化物含量が少ない。
- (5) 一等粉は、二等粉に比べて灰分含量が多い。

問題 34 大豆についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 大豆には、たんぱく質が50%含まれる。
- (2) 大豆の主要なたんぱく質は、グリシニンである。
- (3) 大豆の脂肪酸は、不飽和脂肪酸より飽和脂肪酸の方が多い。
- (4) 大豆の不飽和脂肪酸で、最も含量が多いのは、 α -リノレン酸である。
- (5) 大豆には、n-6系不飽和脂肪酸は含まれない。

問題 35 いも類についての記述である。誤りはどれか。

- (1) さといもに含まれるホモゲンチジン酸は、旨味成分である。
- (2) こんにゃくいもの主成分は、グルコマンナンである。
- (3) じゃがいもは、いも類で最もビタミンCが多い。
- (4) さつまいもに含まれる総食物繊維量は、じゃがいもより多い。
- (5) やまのいものでんぷんは、生食でも消化がよい。

問題 36 食品の保存についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 果実缶詰などpH 4.5 以下の缶詰の殺菌は、100℃以下の低温殺菌で行う。
- (2) バナナやかんきつ類の保存には、食品添加物の防カビ剤が使用できる。
- (3) 袋詰めのスナック菓子などの保存には、包装内のガスを置換して油脂の酸化を防ぐ。
- (4) 冷凍保存すると、微生物は死滅するので、解凍後は常温で保存しても腐敗しない。
- (5) 肉を塩漬けた後、15～30℃で1～3週間燻煙する冷薫法は、長期保存が可能である。

問題 37 細菌性食中毒についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) カンピロバクターは、通性嫌気性菌である。
- (2) 腸炎ビブリオは、淡水中でよく増殖する。
- (3) 病原性大腸菌は、芽胞を形成する。
- (4) ボツリヌス菌は、土壌に広く分布する。
- (5) ブドウ球菌の潜伏期間は、2～3日である。

問題 38 食品添加物についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 食品添加物には、使用目的によって表示が免除されるものがある。
- (2) 天然物由来の食品添加物も、表示しなければならない。
- (3) 凝固剤など通常複数の組み合わせで使用するのは、一括名で表示できる。
- (4) 添加物の使用基準は、摂取総量がADI（1日摂取許容量）を下回るよう定められている。
- (5) 最終の加工食品に残留しないものは、食品添加物とはみなされない。

問題 39 ノロウイルスによる食中毒についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 発症のピークは、夏季にみられる。
- (2) ワクチンによって予防できる。
- (3) 主症状は、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛である。
- (4) これまで、死者の報告はない。
- (5) 食品の中心温度75℃、1分間の加熱で予防できる。

問題 40 食品の成分変化により生成する有害物質についての記述である。誤りはどれか。

- (1) フェオホルバイドは、カロテノイドの分解により生成する。
- (2) 過酸化脂質は、油脂の自動酸化により生成する。
- (3) ヘテロサイクリックアミンは、たんぱく質食品の焼け焦げに含まれる。
- (4) ヒスタミンは、魚肉中に含まれるヒスチジンからヒスタミン産生細菌により生成する。
- (5) ニトロソ化合物は、亜硝酸とアミン類が反応して生成する。

問題 41 食後の糖質代謝についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 肝臓では、グリコーゲンの分解が促進される。
- (2) 肝臓では、糖新生が促進される。
- (3) 血糖値は、2～3時間後に最大値を示す。
- (4) 膵臓では、グルカゴンの分泌が促進される。
- (5) 筋肉では、グリコーゲンの合成が高まる。

問題 42 たんぱく質・アミノ酸についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 生体内で合成される必須アミノ酸は、20種類ある。
- (2) 窒素平衡には、尿中窒素量は考慮されない。
- (3) 吸収されたアミノ酸と体たんぱく質の分解に由来するアミノ酸は、アミノ酸プールで合流する。
- (4) たんぱく質摂取が過剰の状態を、マラスムスという。
- (5) たんぱく質に核酸が結合している複合たんぱく質を、リポたんぱく質という。

問題 43 ミネラル・ビタミンとその欠乏についての組み合わせである。正しいのはどれか。

- (1) 亜鉛 ————— 味覚異常
- (2) ビタミンE ————— 壊血病
- (3) パントテン酸 ————— ペラグラ
- (4) ナトリウム ————— 高血圧
- (5) ビタミンD ————— 高カルシウム血症

問題 44 消化・吸収についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 二糖類のスクロースは、加水分解酵素ラクターゼの消化作用を受ける。
- (2) 吸収された中鎖脂肪酸は、吸収細胞内で中鎖脂肪に再合成される。
- (3) 胃内でのたんぱく質消化は、トリプシンにより行われる。
- (4) 胃酸やビタミンCは、食事中的3価鉄を2価鉄に還元して、鉄の吸収を高める。
- (5) 脂溶性栄養素は、小腸毛細血管→門脈→肝臓→大静脈の経路で全身に運ばれる。

問題 45 エネルギー代謝についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 安静時のエネルギー消費量は、基礎代謝量と同じである。
- (2) 体重当たりの基礎代謝量は、女性に比べて男性のほうが低い。
- (3) 基礎代謝量は、体表面積に比例する。
- (4) 基礎代謝量は、座位の状態での最小エネルギー代謝量である。
- (5) 基礎代謝基準値は、年齢とともに増加する。

問題 46 老年期の加齢にともなう身体的特徴についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 免疫機能は、低下する。
- (2) 味蕾の数は、変化しない。
- (3) 骨密度は、低下する。
- (4) 嚥下反射は、低下する。
- (5) 骨格筋量は、低下する。

問題 47 「授乳・離乳支援ガイド」についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 離乳とは、乳汁栄養から幼児食に移行する過程である。
- (2) 離乳の開始は、生後5～6か月頃からなめらかにすりつぶした状態の食事を与える。
- (3) 生後7～8か月頃は、舌でつぶせる固さの食事を1日3回与える。
- (4) 生後9～11か月頃は、歯ぐきでつぶせる固さの食事を1日3回与える。
- (5) 離乳の完了は、歯ぐきで噛める固さの食事が摂取できる生後12～18か月頃である。

問題 48 妊娠期の栄養についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 妊娠中の貧血の原因としてもっとも多いのは、ビタミンB₆の欠乏である。
- (2) 妊娠初期のビタミンAの過剰摂取では、胎児奇形を引き起こすことはない。
- (3) 「日本人の食事摂取基準(2010年版)」による妊娠初期のエネルギー付加量は、300kcalである。
- (4) 妊娠初期に葉酸を十分に摂取すると、胎児の頭蓋内出血のリスクが下がる。
- (5) 妊娠中の過度の体重増加は、妊娠高血圧症候群のリスクを上げる。

問題 49 幼児期の発育と栄養についての記述である。誤りはどれか。

- (1) スキャモンの発育パターンでは、神経系、リンパ系、一般系の発育が著しい。
- (2) エネルギーとたんぱく質欠乏の疾病には、マラスムスがある。
- (3) 乳歯は、生後6～7か月から生え始めて、2歳半～3歳までに20本が生えそろう。
- (4) 3～5歳児の保育所給食の給与栄養目標量は、昼食とおやつで1日量の65%である。
- (5) たんぱく質が欠乏して起こる疾病には、クワシオルコルがある。

問題 50 思春期の特徴と栄養についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 神経性食欲不振症は、心因性の摂食障害であり、女性に多い。
- (2) 「日本人の食事摂取基準(2010年版)」における推定エネルギー必要量は、15～17歳の男性がもっとも多い。
- (3) 起立性調節障害は、立ちくらみやめまい、動悸や息切れなどの症状が出る。
- (4) 「日本人の食事摂取基準(2010年版)」における鉄の推奨量は、12～14歳では女性の方が多い。
- (5) 「日本人の食事摂取基準(2010年版)」におけるカルシウムの推奨量は、12～14歳では女性の方が多い。

問題 51 各種疾患の食事療法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 骨粗鬆症^{こつそしょうしょう}では、ビタミンDの摂取が重要である。
- (2) 慢性膵炎では、脂質制限が基本である。
- (3) 食物アレルギーでは、アレルゲン除去食が原則である。
- (4) 高尿酸血症(痛風)では、高プリン体食とする。
- (5) フェニルケトン尿症では、フェニルアラニンの量が制限される。

問題 52 2型糖尿病についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 肥満を避けるため、油脂・砂糖の使用を禁止する。
- (2) 血圧のコントロールは、合併症を予防するために必要である。
- (3) 血糖降下剤の服用者では、低血糖は起こらない。
- (4) 食物繊維は、糖の吸収を促進させるので使用量を少なくする。
- (5) エネルギーの指示量は、栄養士または管理栄養士が決定する。

問題 53 栄養補給法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 経腸栄養法は、消化機能が極度に低下している時に適用となる。
- (2) 経口栄養法は、食形態の調整によって各種病態に対応できる。
- (3) 半消化態栄養剤は、吸収がよいので適応範囲が広い。
- (4) 成分栄養剤は、炎症性腸疾患に有効である。
- (5) 末梢静脈栄養法は、短期的な栄養管理に使用される。

問題 54 鉄欠乏性貧血についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 鉄欠乏性貧血は、大球性高色素性貧血を示す。
- (2) 非ヘム鉄の吸収を促進するため、ビタミンKを含む食品を摂取する。
- (3) 血清鉄の低下で、総鉄結合能は低下する。
- (4) 血清アルブミン値は、鉄欠乏状態の判定に用いられる。
- (5) 食事摂取時には、タンニン酸を多く含む緑茶、紅茶などをひかえる。

問題 55 各種疾患の栄養管理についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 嚥下障害をともなう病態では、粘性のない飲みものに注意する。
- (2) 心筋梗塞の急性期では、循環動態が安定したら経口摂取が可能である。
- (3) 胃潰瘍では、潰瘍面保護のため刺激の少ない食品を選択する。
- (4) 慢性閉塞性肺疾患では、1日2回食にし、1回量を多くする。
- (5) 急性肝炎では、脂質を減らし、消化のよい炭水化物中心の食事とする。

問題 56 慢性腎臓病についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) エネルギーは、十分に摂取することが大切である。
- (2) 尿たんぱくが持続的に陽性的の場合、高たんぱく質食とする。
- (3) 腎機能が低下すると、糸球体ろ過量は上昇する。
- (4) 高カリウム血症では、生の野菜や果物を十分に摂取する。
- (5) 水分の貯留がみられるときは、高ナトリウム食とする。

問題 57 栄養指導に関する関係法規とその内容についての記述である。正しいものの組み合わせはどれか。

- a. 栄養士法 ————— 栄養指導とその他の保健指導
- b. 健康増進法 ————— 特定給食施設における栄養管理
- c. 学校給食法 ————— 学校給食を活用した食に関する指導の実施
- d. 食育基本法 ————— 国民健康・栄養調査の実施

- (1) a と b (2) a と c (3) a と d (4) b と c (5) b と d

問題 58 栄養士法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 昭和22年に制定され、昭和23年に施行された。
- (2) 栄養士および管理栄養士の身分と、免許に関する事項を示している。
- (3) 栄養士の免許は、栄養士養成施設を卒業した者に厚生労働大臣から与えられる。
- (4) 管理栄養士の国家試験は、栄養士でない者には受験資格が与えられない。
- (5) 栄養士でない者は、栄養士の名称を用いて栄養指導を行ってはならない。

問題 59 栄養指導の媒体についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 栄養指導の内容を対象者に理解させるための補助的手段である。
- (2) 幼児や学童には、演示媒体として紙芝居や人形劇などが適している。
- (3) 対象者の特性や知識レベルにより、指導の内容を考慮し作成する。
- (4) 料理や食品の実物は、個別指導の媒体として適している。
- (5) インターネットや放送などは、媒体として適していない。

問題 60 休養指導についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 現在、日本が推進している健康づくりの3本柱は、「栄養」「運動」「休養」である。
- (2) 精神的なストレスは、適切な休養による早期の解消が必要である。
- (3) 精神的疲労は、肉体的・身体的疲労に比べて、身体のエネギー消費量が多い。
- (4) 日常生活の中に、休養を適切に取り入れた生活習慣の確立が望ましい。
- (5) 健康づくりのための休養には、「休む」だけでなく「養う」という機能が含まれている。

問題 61 食事バランスガイドについての記述である。誤りはどれか。

- (1) 主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果実の5つの料理区分が基本である。
- (2) カレーライス、カツ丼は、主食、副菜、主菜に振り分けて数える。
- (3) 単位は「1つ (SV)」と表記する。
- (4) 1日のエネルギー量を、把握できるように図示されている。
- (5) 水分をコマの軸とし、食事の中で欠かせない存在であることを強調している。

問題 62 女子の身体的な特徴と栄養指導についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 妊娠期間中の推奨体重増加量は、非妊娠時のBMIが26以上では、個別に対応する。
- (2) 「日本人の食事摂取基準 (2010年版)」における10～69歳では、月経の有無により鉄の摂取基準値が異なる
- (3) 神経性食欲不振症において、著しい体重減少があれば、内分泌異常を生ずることがある。
- (4) メタボリックシンドロームの診断基準による腹囲は、90cm以上である。
- (5) 骨粗鬆症^{こつそしょうしょう}の予防には、適度の運動や日光浴が重要である。

問題 63 公衆栄養の沿革についての記述である。正しいものの組み合わせはどれか。

- a. 昭和37年 (1962年) 「栄養士法」の一部改正により、管理栄養士制度が制定された。
- b. 昭和63年 (1988年) 第一次国民健康づくり運動が開始された。
- c. 平成8年 (1996年) 厚生省から成人病に代わって、生活習慣病の概念が提案された。
- d. 平成12年 (2000年) 健康増進法が制定された。

- (1) a と b (2) a と c (3) a と d (4) b と c (5) b と d

問題 64 公衆栄養活動の進め方についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 3歳児健診は、都道府県において実施されている。
- (2) 市町村では、住民に対する一般的な健康相談や栄養指導を行っている。
- (3) 市町村に配置されている管理栄養士は、特定給食施設の指導を行うことができない。
- (4) 市町村に配置されている管理栄養士は、栄養指導員となることができない。
- (5) 市町村は、「市町村健康増進計画」を定めるよう努めるものとされている。

問題 65 食事調査法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 24時間思い出し法とは、調査対象者に面接して、調査前日に摂取したすべての食品を聞き取り、記録する方法である。
- (2) 食事摂取頻度調査法とは、すべての食品について1か月間に何回摂取したかを調査する方法である。
- (3) 食事記録法とは、摂取した食物をすべて秤量または目安量で記入する方法である。
- (4) 国民健康・栄養調査では、世帯単位の調査に加えて、世帯ごとの案分比率を用いた個人別摂取状況を調べている。
- (5) 分析法とは、対象者が摂取した食事と同量の食材料を買い上げて、科学的に分析する方法である。

問題 66 食料需給表についての記述である。誤りはどれか。

- (1) FAOの作成手引きに準拠している。
- (2) 国際比較ができる。
- (3) 食料需給の動向を把握することができる。
- (4) 純食料には、輸入食品を含まない。
- (5) 食料自給率には、熱量ベース自給率がある。

問題 67 食育推進基本計画に目標値が掲げられている事項についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 朝食を欠食する国民の割合の減少。
- (2) 食育の推進に関わるボランティアの数の増加。
- (3) 食育に関心を持っている国民の割合の増加。
- (4) 学校給食における地場産物を使用する割合の増加。
- (5) 野菜の摂取量の増加。

問題 68 「日本人の食事摂取基準（2010年版）」についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 過剰摂取による健康障害を未然に防ぐことを目的として、「目安量」が設定された。
- (2) 健康の維持・増進と欠乏症予防のために、「耐容上限量」が設定された。
- (3) 生活習慣病の一次予防を目的として、必要のある栄養素に「目標量」が設定された。
- (4) 「推定エネルギー必要量」は、個人では不足の確率が50%である。
- (5) ある母集団の50%の人が必要量を満たすと推定される1日の摂取量として、「推奨量」が設定された。

問題 69 豆類についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) あんは豆を煮て、豆の細胞からでんぷんを流出させ、糊化したものである。
- (2) 黒豆のアントシアニン系色素は、鉄鍋や古釘を入れて煮ると安定した黒色を呈する。
- (3) 大豆を煮るときは、調味料と水を一緒に加え、直ちに加熱を始める。
- (4) 小豆に含まれるサポニン、乳化剤としてマヨネーズに使われる。
- (5) 豆腐の「すだち」は、70℃で5分加熱すると生じる。

問題 70 ゲル状食品の物性や調理性についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 卵液に砂糖を加えると、熱凝固を促進するので、ゲルになりやすい。
- (2) 8～10%濃度で調整したじゃがいもでんぷんゲルは、もろく、不透明なゲルを呈する。
- (3) カラギーナンでゼリーを作るときは、5%濃度で60℃の湯せんで調製する。
- (4) 寒天ゼリーを作るときは、溶液に果汁を加えて加熱すると、軟らかく崩れやすくなる。
- (5) ゼラチンゼリーは、保存（5℃）時間が長くなると、離漿しやすくなる。

問題 71 加熱調理操作における熱移動についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 魚の直火焼きは、炭火からの対流熱を利用している。
- (2) オーブン加熱は、熱源からの伝導熱のみを利用している。
- (3) 煮汁の少ない煮物に用いる落としぶたは、伝導熱の効率を上げる。
- (4) 加熱調理操作では、対流、伝導、放射のそれぞれが単独で起こる。
- (5) 鉄鍋は、ステンレス鍋より熱伝導率がよいので媒体の温度上昇が速い。

問題 72 野菜の色についての記述である。誤りはどれか。

- (1) ゆでたにんじんにドレッシングをかけると、橙色が退色する。
- (2) ほうれん草をゆでるとき、ふたをすると緑褐色になる。
- (3) カリフラワーをゆでるとき、食酢を入れると白く仕上がる。
- (4) 梅漬けに赤しそを加えると、美しい赤色を呈する。
- (5) はじかみしょうがをゆでた後、食酢に漬けるとピンク色になる。

問題 73 調味料の調理性についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) シロップは、砂糖液を80～90℃に加熱してつくる。
- (2) 食酢は、たんぱく質の熱凝固を抑制する。
- (3) うどんを作るときに加える食塩は、生地の粘弾性を増す。
- (4) カラシ粉は、温水よりも冷水で練った方が早く辛味が出る。
- (5) じゃがいもの煮物は、最初からしょうゆを加えると早く軟らかくなる。

問題 74 給食施設で使用する機器と作業区域についての記述である。正しいものの組み合わせはどれか。

- a. 洗米機は、非汚染作業区域に設置する。
- b. 食器洗浄機は、汚染作業区域に設置する。
- c. スチームコンベクションオーブンは、汚染作業区域に設置する。
- d. 温蔵庫は、非汚染作業区域に設置する。

- (1) a と b (2) a と c (3) a と d (4) b と c (5) b と d

問題 75 「大量調理施設衛生管理マニュアル」についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食品の各調理過程ごとに、汚染作業区域と非汚染作業区域を明確に区分する。
- (2) 施設の床面、内壁のうち床面から1 mまでの部分は、週1回以上清掃する。
- (3) 調理場は、湿度80%以下、温度35℃以下に保つことが望ましい。
- (4) 調理場は、ドライシステムよりウェットシステムのほうが望ましい。
- (5) ねずみ、昆虫の駆除は、1年に1回行う。

問題 76 マネジメントサイクル (PDCA サイクル) についての記述である。誤りはどれか。

- (1) Planは、目的を達成するための計画を立てることである。
- (2) Doは、計画に従って実行することである。
- (3) Checkは、計画どおりに実行されたかを検討することである。
- (4) Actionは、検討の結果による問題を修正するために行動を起こすことである。
- (5) Actionは、Doにフィードバックされる。

問題 77 「大量調理施設衛生管理マニュアル」における手洗いの手順についての記述である。正しいのはどれか。

- a. 石けんをよく洗い流す（20秒程度）。
- b. 使い捨てペーパータオル等でふく。
- c. 指、腕を洗う。特に指の間、指先をよく洗う（30秒程度）。
- d. 水で手をぬらし、石けんをつける。
- e. 消毒用アルコールをかけて、手指によくすりこむ。

- (1) c → a → d → e → b
- (2) c → d → a → b → e
- (3) d → a → c → e → b
- (4) d → c → a → b → e
- (5) d → c → a → e → b

問題 78 栄養士を置かなければならない特定給食施設についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 児童を30人入所させる児童養護施設。
- (2) 乳児を20人入所させる乳児院。
- (3) 1日250食を提供する事業附属寄宿舍。
- (4) 許可病床数80床の病院。
- (5) 入所定員40人の介護老人保健施設。

問題 79 学校給食摂取基準についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 全国の児童生徒が、1人1回当たりに摂取すべき量として示したものである。
- (2) たんぱく質については、1日に摂取すべき量の50%とした。
- (3) 脂質は、その増加が問題となっている肥満を予防する観点から基準値を示した。
- (4) カルシウムについては、基準値だけでなく目標値も示した。
- (5) ビタミンAについては、基準値の10倍までを摂取範囲とした。

問題 80 食中毒発生時の対処についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 栄養士は、事故発生確認後、24時間以内に都道府県知事へ通知する。
- (2) 保存食の保健所への提出に備える。
- (3) 調理従事者の検便実施状況を把握しておく。
- (4) 患者数、発症状況と症状について確認する。
- (5) 給食業務の一時停止に備える。