

平成18年度協会認定栄養士実力試験 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72まで72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）      

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すので注意してください。- ・解答用紙を折り曲げたり、メモ等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18年12月）

問題 1 地域保健法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 保健所は、栄養の改善および食品衛生に関する事業を行う。
- (2) 市町村は、市町村保健センターを設置し、健康相談、保健指導をする。
- (3) この法律は、地域住民の健康保持増進に寄与することを目的としている。
- (4) 保健所は、エイズ、結核、性病の予防に関する事業を行う。
- (5) 保健所は、高齢者の福祉に関する事業を行う。

問題 2 感染症の最近の動向についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 海外旅行によって熱帯性疾患の輸入症例が増えている。
- (2) 新興感染症としての赤痢が問題となっている。
- (3) 温泉や給水システムに混入して集団感染するレジオネラ症がみられる。
- (4) ペニシリン耐性肺炎球菌や多剤耐性緑膿菌などの薬剤耐性菌が問題となっている。
- (5) ラッサ熱やエボラ出血熱などのウイルス性出血熱の発生は、熱帯雨林の開発が関係している。

問題 3 保健統計についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 早期新生児死亡とは、生後 2 週未満の死亡をいう。
- (2) 日本全国で 5 年ごとに行われる国勢調査は、人口動態をみるものである。
- (3) 人口増加数は、出生数と死亡数の差で求められる。
- (4) 平均寿命は、生命表における 1 歳の平均余命のことである。
- (5) 日本の乳児死亡率は、世界の先進各国に比べやや高い値である。

問題 4 環境衛生についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ダイオキシン類の大気中濃度は、依然として上昇を続けている。
- (2) 水質汚濁の主な原因は、現在では家庭排水より工場排水である。
- (3) 地球温暖化の最大の原因は、大気中のオゾン量の増加である。
- (4) 不快指数の値は、温度、湿度および気流により算出する。
- (5) 水道水の水質基準では、大腸菌が「検出されてはならない」となっている。

問題 5 介護保険制度についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 第一号被保険者は、要介護認定を受けた後に各種サービスが開始されると、それ以降は保険料の納付が免除される。
- (2) 介護保険制度では、満 20 歳以上の国民すべてが保険料を納付しなければならない。
- (3) 介護保険制度の財源は、すべて被保険者の保険料でまかなわれており、税金は一切活用されていない。
- (4) 養護老人ホームは、介護保険施設である。
- (5) 平成 18 年 4 月現在、要介護認定の区分は、「自立」を除く 7 段階となっている。

問題 6 児童についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 児童福祉法では、満 18 歳未満のものを児童と規定している。
- (2) 児童福祉法は、障害を有する児童の福祉についても規定している。
- (3) 児童手当とは、現に児童を扶養している母子世帯の母親に支給される経済的支援策の一つである。
- (4) 平成 17 年の合計特殊出生率は、1.25 である。
- (5) 厚生労働省の業務報告統計によれば、児童虐待に関する相談処理件数は、平成 2 年度の統計処理開始以来増加している。

問題 7 胃についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食道と胃の境に幽門がある。
- (2) 胃液の pH は、pH7 程度に保たれている。
- (3) 胃の副細胞からペプシノーゲンが分泌される。
- (4) ガストリンは、胃酸の分泌を促進する。
- (5) 胃の運動は、交感神経によって促進される。

問題 8 血糖調節に関するホルモンについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 成長ホルモンが働くと、血糖値は低下する。
- (2) グルココルチコイド（糖質コルチコイド）が働くと、血糖値は低下する。
- (3) エピネフリン（アドレナリン）が働くと、血糖値は低下する。
- (4) チロキシンが働くと、血糖値は低下する。
- (5) インスリンが働くと、血糖値は低下する。

問題 9 心臓についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 心筋は随意筋である。
- (2) 心筋は平滑筋である。
- (3) 心房筋は心室筋より厚い。
- (4) 左心房と左心室の間の房室弁を、僧帽弁と呼ぶ。
- (5) 右心室からは、体循環の上行大動脈が出る。

問題 10 血液についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 赤血球の寿命は、約1年である。
- (2) 血清ビリルビン（胆汁色素）は、胆嚢で作られる。
- (3) 赤血球中のミオグロビンは、酸素と二酸化炭素を運搬する。
- (4) 血清には、フィブリノーゲンが含まれる。
- (5) 血漿たんぱく質のつくる浸透圧を、膠質浸透圧という。

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) 呼吸運動は、脊髄の呼吸中枢により調節されている。
- (2) 横隔膜が収縮すると、呼息が起こる。
- (3) 肺胞でガス交換が行われる。
- (4) 右肺は2葉、左肺は3葉からなる。
- (5) 動脈血中の二酸化炭素濃度が増加すると、pHは上昇する。

問題 12 腎臓についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 右の腎臓は、左の腎臓よりもやや高い位置にある。
- (2) 原尿には、たんぱく質が含まれている。
- (3) 腎臓は、アンモニアを尿素に代謝して排出する。
- (4) 腎臓は、ビタミンAの活性化を行う。
- (5) 血圧が低下すると、腎臓からレニンが分泌される。

問題 13 消化吸収についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 唾液アミラーゼは、たんぱく質を分解する。
- (2) 小腸粘膜上皮の微絨毛において、膜消化が行われる。
- (3) 胃の主細胞からは、トリプシノーゲンが分泌される。
- (4) 膵リパーゼは、たんぱく質を分解する。
- (5) 胆汁は、脂質分解酵素を含む。

問題 14 細胞についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 細胞膜の成分には、たんぱく質は含まれない。
- (2) ミトコンドリアには、TCA サイクルがある。
- (3) ナトリウムイオン濃度は、細胞外より細胞内の方が高い。
- (4) 生体膜を構成している脂質のうち、最も多いのはトリアシルグリセロールである。
- (5) ミトコンドリアや葉緑体を細胞質という。

問題 15 糖質の代謝についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 解糖系では、1分子のグルコースから2分子のクエン酸を生成する。
- (2) 肝臓で生成した乳酸は、筋肉に運ばれ、再びグルコースに合成される。
- (3) 脳は、脂肪酸を分解してエネルギー源とすることができる。
- (4) 肝臓や筋肉のグリコーゲン合成は、インスリンによって促進される。
- (5) 筋肉のグリコーゲンは、分解されて血糖として供給される。

問題 16 脂質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. 脂肪酸の融点は、二重結合の数が増えるほど低くなる。
- b. トリアシルグリセロールは、胆汁酸の作用を受け、アミラーゼによって消化される。
- c. リノール酸は、n-9系の多価不飽和脂肪酸である。
- d. 胆汁酸は、コレステロールから合成される。

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

問題 17 脂質代謝についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 脂肪酸の合成は、ミトコンドリアで行われる。
- (2) ケトン体を生成する主な組織は、脂肪組織である。
- (3) α -リノレン酸は、DHA や EPA (IPA) の前駆体である。
- (4) コレステロールは、体内で合成できない。
- (5) 脂肪酸は、ミトコンドリア内膜を通過する際、カルニチンの助けを必要としない。

問題 18 アミノ酸代謝についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) チロキシンは、チロシンから合成される。
- (2) グルココルチコイド (糖質コルチコイド) は、チロシンから合成される。
- (3) ナイアシンは、ロイシンから合成される。
- (4) エピネフリン (アドレナリン) は、メチオニンから合成される。
- (5) γ -アミノ酪酸 (GABA) は、アルギニンから合成される。

問題 19 ホルモンについての記述である。誤りはどれか。

- (1) バソプレッシンは、腎臓の尿細管に作用し、水の再吸収を促進する。
- (2) インスリンは、ステロイドホルモンの一種である。
- (3) グルカゴンは、血糖上昇作用を持つ。
- (4) 副甲状腺ホルモンは、血中カルシウム濃度を上昇させる。
- (5) 副腎皮質ホルモンは、体内でコレステロールから合成される。

問題 20 核酸についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) DNA に含まれる糖は、リボースである。
- (2) 転写と翻訳は、リボゾームで行われる。
- (3) mRNA の遺伝情報を解読してアミノ酸配列に置き換えることを、転写という。
- (4) ウラシルは、RNA に含まれ、アデニンと相補性がある。
- (5) 遺伝子の転写に酵素反応は関わらない。

問題 21 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) ミネラルは、直接的なエネルギー源として重要である。
- (2) 生体の高エネルギー化合物である ATP は、リン酸を分子中に 2 個含む。
- (3) ATP 生成は、主にミトコンドリアの内膜にある解糖系で生産される。
- (4) 電子伝達系で生成する最終産物の一つは、水である。
- (5) 糖質や脂質の還元により、エネルギーが生産される。

問題 22 食品の炭水化物についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) マルトースは、D-グルコースと D-フルクトースが α -1,4 結合したものである。
- (2) 米の主成分はでんぷんであり、もち米はアミロースがほとんどである。
- (3) セルロースは、D-グルコースが α -1,4 結合で重合した多糖類である。
- (4) ラフィノース、スタキオースは、大豆などに含まれるオリゴ糖である。
- (5) グルコマンナンは、貝類に含まれる貯蔵性の多糖類である。

問題 23 たんぱく質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ツェインは、米の主要たんぱく質でグルテニンに属する。
- (2) コラーゲンは、軟骨や皮に存在するたんぱく質でアルブミンに属する。
- (3) カゼインは、牛乳のたんぱく質で単純たんぱく質に属する。
- (4) グリアジンは、大豆のたんぱく質で 70%エタノールに可溶である。
- (5) リポビテリンは、卵黄たんぱく質で脂質が結合している。

問題 24 脂質の性質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ヨウ素価の高い脂質は、低い脂質より酸化されにくい。
- (2) けん化価を測定すると、構成脂肪酸の不飽和度を知ることができる。
- (3) 酸価は、油脂 100g 中に存在する遊離脂肪酸の量を示す値をいう。
- (4) 油脂に自動酸化が起こると、初期には過酸化値が低くなる。
- (5) カルボニル価は、脂肪酸中のカルボキシル基の反応に基づく値である。

問題 25 酵素についての記述である。誤りはどれか。

- (1) キモシン（レンニン）は、牛乳カゼインに作用する。
- (2) 肉の熟成中にプロテアーゼの作用で、5'-イノシン酸が作られる。
- (3) アミラーゼは、麦芽に含まれている。
- (4) 大豆は、トリプシンインヒビターを含んでいる。
- (5) リポキシゲナーゼは、豆類や穀類に存在する。

問題 26 飲料についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 茶の苦味成分は、テオブロミンである。
- (2) 酒税法で、アルコール飲料は5%以上のアルコールを含有するものをいう。
- (3) ココアの苦味成分は、カフェインである。
- (4) 紅茶の製造過程における醗酵は、酵母の作用による。
- (5) 緑茶のうま味成分は、テアニンである。

問題 27 穀類とその加工品についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) とうもろこしでは、胚乳部分から食用油が作られる。
- (2) 上新粉は、アミロペクチンをほぼ100%含んでいる。
- (3) そば粉のアミノ酸価は、強力粉（全粒粉）よりも高い。
- (4) 大麦のたんぱく質は、グルテンを形成する。
- (5) 中華麺では、小麦粉中のフラボノイドが酸性で黄色を呈する。

問題 28 果実類についての記述である。誤りはどれか。

- (1) ジャムのゼリー化には、ペクチン、糖および酸の3成分と水が必要である。
- (2) 果実の有機酸は、クエン酸、リンゴ酸、乳酸が主なものである。
- (3) リンゴ、ブドウ、イチゴの赤色の主体は、アントシアニンである。
- (4) CA貯蔵とは、倉庫内の大気ガス組成を調節して、長期間食品を保存する方法である。
- (5) 果実の多糖は、ペクチン質とヘミセルロースが主である。

問題 29 微生物を利用した食品についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 納豆は、蒸煮大豆に納豆菌の芽胞を接種し、醗酵させたものである。
- (2) 米味噌は、米こうじと食塩を蒸煮大豆に混ぜ、熟成させたものである。
- (3) しょうゆは、大麦と大豆からこうじを作り、食塩水を加え熟成させたものである。
- (4) 穀物酢は、アルコールを含む原料に酢酸菌を加え、酢酸醗酵させたものである。
- (5) ヨーグルトは、牛乳や脱脂乳に乳酸菌を加え、乳酸醗酵させたものである。

問題 30 牛乳についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 牛乳たんぱく質の主成分はカゼインで、全牛乳たんぱく質の約 80%を占める。
- (2) 牛乳の脂肪酸組成の特徴は、短鎖脂肪酸が少ないことである。
- (3) 牛乳中の炭水化物の約 99%は、ラクトースである。
- (4) 牛乳中の無機質の含有量は、人乳に比べて多い。
- (5) 牛乳中には、ビタミンCはほとんど含まれていない。

問題 31 最近の食中毒についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食中毒事例における死亡者は、その原因がサルモネラである。
- (2) セレウス菌食中毒は、加熱調理した食品からは発生しない。
- (3) 食中毒の患者数は、ノロウイルスによるものが最も多い。
- (4) カンピロバクターによる食中毒の患者数は、急激に減少している。
- (5) 腸炎ビブリオ食中毒は、冬季に多くみられる。

問題 32 食品衛生に関連する法律や制度についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食品衛生法は、食品のみを対象とする飲食に関する法律をいう。
- (2) 食品安全基本法は、食品衛生法の下位に位置する。
- (3) 栄養士のみが、食品衛生責任者となる資格がある。
- (4) ウシ・ウマ・ブタ・ヒツジ・ヤギの食肉の衛生管理は、と畜場法で規制される。
- (5) 鳥の中では、ニワトリだけが食鳥検査制度により衛生確保が行われている。

問題 33 食品の保蔵についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 紫外線は物質への透過力が強く、食品の内部まで殺菌作用が及ぶ。
- (2) 冷凍保蔵により、大腸菌やチフス菌を死滅させることができる。
- (3) 食品に糖を添加すると、水分活性の上昇と浸透圧の低下により、腐敗菌の増殖が抑制される。
- (4) 食品添加物の保存料は、微生物を死滅させて、食品の腐敗を防止する。
- (5) くん煙法は、煙に含まれる抗菌・抗酸化成分が、食品に浸透することにより保存性が高まる。

問題 34 栄養と健康についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 現在、国民健康・栄養調査で摂取不足の無機質は、カルシウムと鉄である。
- (2) 現代日本人の死因の中で最も多いのは、悪性新生物（がん）である。
- (3) 栄養学の進歩によって、現在日本では、栄養不足（低栄養）の問題はなくなった。
- (4) 健康とは、身体的、精神的および社会的に良好な状態をさす。
- (5) 食事を規則正しく摂ると、消化管や肝臓処理機能の負担が少なくなる。

問題 35 血糖についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 血糖とは、血液中存在するグルコース、フルクトースなどの単糖類のことである。
- (2) 食間期には、筋肉グリコーゲンが分解されて血液に糖質が供給される。
- (3) 空腹時の血糖値はおよそ 10mg/100ml である。
- (4) インスリンは、脂肪組織や筋肉への血糖の取り込みを促進させる。
- (5) 食物繊維を多く含む食事は、食後の血糖を上昇させる。

問題 36 リポたんぱく質についての記述である。誤りはどれか。

- (1) リポたんぱく質は、脂質の量により比重が異なる。
- (2) キロミクロンは、小腸で再合成された脂肪を、脂肪組織や心臓に運ぶ。
- (3) VLDL は、肝臓で合成された脂肪を、脂肪組織や心臓に運ぶ。
- (4) LDL は、トリアシルグリセロールの含有率が最も高い。
- (5) HDL は、末梢組織から過剰なコレステロールを肝臓へ運ぶ。

問題 37 たんぱく質の栄養についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) たんぱく質の必要量は、体重 1kg 当たりに換算すると、どの年齢層においても同じである。
- (2) 体たんぱく質の合成と分解の平衡は、どの年齢層においても保たれている。
- (3) 高たんぱく質食摂取時には、尿中への窒素排泄量が低下する。
- (4) 摂取たんぱく質の利用効率は、エネルギー摂取量の影響を受ける。
- (5) たんぱく質の栄養価判定には、化学的評価法と物理的評価法がある。

問題 38 ビタミンについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 活性型ビタミンDの合成には、肝臓と膵臓が重要な役割を担っている。
- (2) ビタミンCは、補酵素として作用する。
- (3) ナイアシンの過剰摂取は、ペラグラを発症する。
- (4) 多価不飽和脂肪酸の摂取量が増えると、ビタミンKの必要量が増加する。
- (5) 胃切除後の悪性貧血は、ビタミンB₁₂の吸収不良が主な原因である。

問題 39 傷病者に行う栄養法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 経口栄養法には、一般食と特別食（治療食）がある。
- (2) 一般食は、食形態により流動食、軟食、常食に分類される。
- (3) 経腸栄養法は、経管栄養法以外のことをいう。
- (4) 経静脈栄養法には、中心静脈栄養法と末梢静脈栄養法がある。
- (5) 経静脈栄養法は、経口、経管での栄養摂取が困難なものに対して行われる。

問題 40 各疾患についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 高血圧症では、たんぱく質を適量摂取する。
- (2) 常習便秘では、冷水などの適度な刺激が蠕動運動を高めるのでよい。
- (3) 胃・十二指腸潰瘍は、酸やペプシンによる消化性潰瘍とも呼ばれる。
- (4) 急性膵炎では、血清アミラーゼ値が上昇する。
- (5) 痛風は、40歳代を中心とした中年の肥満女性に発症しやすい。

問題 41 高脂血症についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 血清コレステロール値が高い場合には、動物性脂肪を制限する。
- (2) 血清トリグリセリド値（中性脂肪）が高い場合は、たんぱく質を制限する。
- (3) 高脂血症では、食物繊維の有効性は認められない。
- (4) 高脂血症は、動脈硬化性疾患の危険性を低下させる。
- (5) 高脂血症では、飽和脂肪酸の摂取量を多くする。

問題 42 腎疾患の食事療法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 腎疾患では、1日5～7g程度に塩分を制限する。
- (2) 腎疾患では、脂肪の制限をすることが多い。
- (3) 腎疾患では、たんぱく質の制限をすることが多い。
- (4) 腎疾患では、エネルギー不足にならないように注意する。
- (5) 腎疾患では、水分の制限をすることもある。

問題 43 糖尿病についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 糖尿病による網膜症は、合併症の一つである。
- (2) 糖尿病には、1型糖尿病と2型糖尿病がある。
- (3) 糖尿病は、エネルギーを制限したバランスの良い食事にする。
- (4) 糖尿病は、肥満や運動不足にならないようにする。
- (5) 糖尿病の食事療法では、砂糖、菓子類を禁じている。

問題 44 高齢者の症候と疾患についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 高齢者の栄養障害では、低栄養が多くみられる。
- (2) 口渇感を調整する感受性が低下すると、浮腫になりやすい。
- (3) 老化により、味覚の変化はみられない。
- (4) 嚥下障害では、固いものを食べて訓練するとよい。
- (5) 高齢者の便秘は少ない。

問題 45 貧血についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 貧血の中で最も多いのは、鉄欠乏性貧血である。
- (2) 鉄欠乏性貧血では、血清フェリチン濃度が低値を示す。
- (3) 非ヘム鉄の吸収は、ビタミンDなどの摂取で高まる。
- (4) 貧血は、赤血球あるいは血色素（ヘモグロビン）が減少した状態である。
- (5) 鉄欠乏性貧血では、豚のレバーを摂取するのがよい。

問題 46 胃腸についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 過酸性の慢性胃炎では、香辛料は使用してよい。
- (2) 下痢が頻回におよぶ場合、水分の補給は禁忌である。
- (3) 慢性下痢では、脂肪の消化・吸収障害は起こらない。
- (4) 急性胃炎で、症状がひどい時は1～2日は絶食とする。
- (5) 慢性胃炎では、食物繊維を多く含む野菜を積極的に摂る。

問題 47 母乳栄養についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 初乳には、分泌型 IgA やラクトフェリンなどの感染防御物質が多く含まれている。
- (2) 母乳中には、ビリルビン抱合や中枢神経系における神経伝達物質として、重要なタウリンが含まれている。
- (3) 母乳中には、中枢神経系や網膜の発達に必要な DHA が多く含まれている。
- (4) 母乳中には、 α -ラクトアルブミンが多く、 β -ラクトグロブリンは含まれていない。
- (5) 母乳は、牛乳に比べてエネルギーが高く、たんぱく質が少ない。

問題 48 妊娠期の身体状況についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 妊婦の肥満は、正常な場合と比較すると高血圧、妊娠高血圧症候群、糖尿病になりやすい。
- (2) 妊娠の中期から後期では、循環血液量は著しく増加するが、血漿より赤血球の増加が上回る。
- (3) 妊娠糖尿病は、健康管理をしないと難産、早産、流産、先天性奇形などが起こりやすい。
- (4) 妊娠期には、子宮の肥大による消化器官の圧迫、運動不足などで便秘になりやすい。
- (5) 妊娠により、歯肉は浮腫の状態になり出血しやすい。また歯周病により早産の危険性がある。

問題 49 思春期についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 女子の第二性徴は、性腺刺激ホルモンや卵胞ホルモン（エストロゲン）の作用による。
- (2) 思春期の女子にみられる貧血の主な原因は、葉酸の摂取不足によるものが多い。
- (3) 学校保健統計によると、12歳男子の肥満児は減少傾向にある。
- (4) 起立性調節障害は、春から夏にかけて症状が悪化する傾向がある。
- (5) 食物アレルギーをもつ者の割合は、学童期になると幼児期に比べて減少する。

問題 50 高温環境下における栄養補給についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 体温上昇が抑えられなくなると、熱中症になる危険性が高い。
- (2) 脱水が進行すると、体の水分を失うだけでなく、ナトリウムイオンの損失量も増える。
- (3) 尿細管からの塩分の再吸収が亢進すると、抗利尿ホルモンの分泌が増し、尿量は減少する。
- (4) 高温環境下で身体活動を続けると、熱^{ねつ}疲^ひ憊^{はい}となり、慢性のうつ熱、疲労、めまいなどの症状を呈する。
- (5) 発汗する環境においては、甲状腺機能が亢進し、基礎代謝量も高くなる。

問題 51 栄養指導の歴史についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 1889（明治 22）年——山形県において事業所給食が開始された。
- (2) 1950（昭和 25）年——第 1 回国民栄養調査が実施された。
- (3) 1962（昭和 37）年——栄養士法が制定された。
- (4) 1985（昭和 60）年——文部省により「健康づくりのための食生活指針」が発表された。
- (5) 2002（平成 14）年——「栄養改善法」が廃止され、「健康増進法」が制定された。

問題 52 栄養指導のための情報についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 観察法は、対象者の考え・態度・行動などの情報を観察によって得る方法である。
- (2) 国民健康・栄養調査の結果は、国民全体の健康および食生活状況をとらえることができる。
- (3) 横断的調査は、同一集団の時間的変化を調査するものである。
- (4) 測定装置や計器を使用して、対象者の身体状況を測定する方法を実測法という。
- (5) 質問紙法には、自記式と他記式の 2 つがある。

問題 53 既存資料の活用についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 国民健康・栄養調査は、健康保険法に基づいて厚生労働省が実施している。
- (2) 患者調査は、病院・診療所を利用する患者数を明らかにすることが目的である。
- (3) 食育基本法は、国民の食育推進を図るため平成12年に制定された。
- (4) 学校保健統計調査は、児童、生徒および幼児の発育や健康状態を明らかにすることを目的としている。
- (5) 国勢調査や家計調査は、経済産業省が行う。

問題 54 学習形態の教育方法についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) グループ学習は、複数および多数の学習者を「集団」としてとらえ一斉に指導する。
- (2) 講義法は、講師がある課題について学習者に向けて講義する。
- (3) シンポジウムは、ある課題についてパネリストと学習者で行う討議法である。
- (4) 6・6式討議は、6人を1グループに分け、1人6分意見を述べ、グループの代表がまとめて発表する。
- (5) 円卓式討議法は、中規模の集団向きで、全員が均等に発言できない欠点がある。

問題 55 食事バランスガイドについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 厚生労働省と農林水産省が合同で2000年に公表した。
- (2) 食生活指針を具体的な行動に結びつけるための基準である。
- (3) 望ましい食品について「何を」「どれだけ」食べるかをイラストで示している。
- (4) 「コマ」をイメージし、食事バランスの必要性が表わされている。
- (5) 主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品の4つの料理区分を基本としている。

問題 56 高齢者の栄養指導についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 身体活動レベルの低い高齢者ほど、低栄養の問題が起こりにくい。
- (2) 低栄養（PEM）は、エネルギーやたんぱく質の補給不足などによって陥りやすい。
- (3) 加齢と共に味覚の閾値が低下し、塩味や甘味は濃い味付けを好むようになるので留意する。
- (4) 高齢者は、免疫・視覚・聴覚・嚥下機能が低下するが、腎機能は低下しない。
- (5) 嚥下障害があっても、増粘剤などの利用で水分不足は解消される。

問題 57 保健所栄養士の業務についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 特定給食施設の指導
- (2) 地域住民に対する一般的な栄養指導
- (3) 教育・研修などによる人材育成
- (4) 市町村に対する技術的な支援・連携
- (5) 地域における健康・栄養状態などの実態把握および分析

問題 58 わが国の食料需給表についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食料需給表は、農林水産省が FAO の食料需給表作成の手引に準拠して作成している。
- (2) 1 人 1 日当たりのエネルギー供給量は、3000kcal を上回っている。
- (3) ビタミンの供給量が示されている。
- (4) 食料の自給率は、国内生産量と輸入量から算出された値である。
- (5) 供給熱量自給率は、他の先進諸国と同様の水準である。

問題 59 わが国の国民栄養の現状についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 現状の把握には、国民健康・栄養調査が活用されている。
- (2) PFC 比率が適正なときには、各栄養素摂取量は適量となる。
- (3) 脂肪エネルギー比は、近年著しい増加傾向にある。
- (4) 一日の摂取食品数は、厚生労働省の調査により明らかにされている。
- (5) ビタミンCの摂取量は、摂り過ぎが問題となっている。

問題 60 平成 12 年に作成された食生活指針の策定についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 食生活全体を視野に入れた、10 大項目と小項目から構成されている。
- (2) この指針は、食事バランスガイドと連動するものではない。
- (3) 厚生労働省・農林水産省・文部科学省の 3 省合同で策定されている。
- (4) 基本的な考え方は、FAO・WHO 合同専門会議の食物ベースの食生活指針に沿っている。
- (5) 項目の 1 つに「食事を楽しみましょう」がある。

問題 61 健康日本 21 についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 国民の平均寿命の延伸を目指したものである。
- (2) 第 4 次国民健康づくり対策である。
- (3) 二次予防に重点を置いている。
- (4) 具体的な数値目標は示されていない。
- (5) 壮年死亡の減少、健康寿命の延伸などを目指したものである。

問題 62 日本人の食事摂取基準（2005 年版）についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 推定エネルギー必要量は、性別、年齢別、身体活動レベル別に望ましいエネルギー量を示している。
- (2) 過剰摂取への対応を考慮して、すべての栄養素に上限量を定めている。
- (3) 目標量とは、生活習慣病の一次予防を目的とした摂取量、または摂取量の範囲である。
- (4) カルシウムの妊婦、授乳婦に対する付加量は定められていない。
- (5) 用いる対象は、おもに健康な個人ならびに健康人を中心に構成されている集団である。

問題 63 動物性食品についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 魚肉は食肉にくらべて結合組織が多い。
- (2) ゆで卵を長時間加熱すると、卵黄が暗緑色になることがあり、これを防ぐには食塩と食酢を加えた水中でゆでるとよい。
- (3) 卵白の起泡性は、油脂の添加により低下し、安定性は砂糖の添加により向上する。
- (4) 切り身の白身魚を煮るときは、煮汁が冷たいうちから入れて煮くずれを防ぐ。
- (5) と畜後 24 時間程度熟成させた牛肉は、軟らかく風味がよい。

問題 64 調理の熱源についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 電子レンジ加熱では、マイクロ波によって水の分子運動を引き起こし、その摩擦熱で発熱する。
- (2) 電磁調理器に使用する鍋は、熱伝導率が高い銅鍋が最適である。
- (3) 電磁調理器は、熱効率がよく煮物には適するが、比熱が水より小さい油を用いる揚げ物には適さない。
- (4) 空気を適量混合してあるとき、そのガスの外炎の温度は 900℃くらいに達する。
- (5) 都市ガスは、プロパンガスより単位当たりの発熱量が大きい。

問題 65 いもの調理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. ジャガイもの切り口を空気にさらしておくと、ビタミンCが酸化するので褐変する。
- b. マッシュポテトを作るとき、熱いうちに裏ごすのは、ペクチンの流動性があり、糊化でんぷんを含んだ細胞が分離しやすいからである。
- c. さといもの皮をむくとき、手がかゆくなることがあるのは、いもに含まれている針状のホモゲンチジン酸が皮膚を刺激するためである。
- d. さつまいもには、 β -アミラーゼが含まれているので、電子レンジによる短時間加熱でも普通加熱と同等に糖量が多くなり、甘味が増す。
- e. やまのいもの粘質物には起泡性があるので、じょうよまんじゅうやかんなどの和菓子に用いられている。

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

問題 66 給食施設の生産管理についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 給食施設における生産とは、食材料と労働力と調理機器を投入して食事に変換することである。
- (2) 生産管理の目的は、適正な栄養管理にもとづき安全な食事を適正価格により、決められた時間内に提供することである。
- (3) 生産管理における作業方法と作業時間の標準化は、給食施設の資源を考慮することが必要である。
- (4) 生産管理では、安全性、経済性、正確性、迅速性、容易性のうち、経済性が最も重要である。
- (5) 給食施設の労働生産性は、売上高や食数を従事者数や作業時間で割って求められる。

問題 67 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の記述である。正しいものの組み合わせはどれか。

- a. 給与栄養目標量は、子どもの栄養状態などを踏まえ、定期的に見直すように努める。
- b. 保育所でのおやつは、1日全体の25%程度のエネルギー量とする。
- c. エネルギー摂取量の計画にあたっては、定期的には身長および体重を計測し、成長曲線に照らし合わせるなど、観察・評価を行うこととする。
- d. 脂質については、量（脂肪エネルギー比率20%以上30%未満）を考慮すればよい。

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

問題 68 学校給食における食事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. わが国の伝統的な食文化を継承し、日本型の食生活が実践できるよう配慮する。
- b. 植物性たんぱく質として、豆類については豆で摂取するよりも豆製品で摂取する方がよい。
- c. 献立作成および調理は、児童、生徒の嗜好に合うような食品の組み合わせや調理方法がよい。
- d. 児童、生徒の望ましい食習慣の形成のために、料理形態に即した食器具の使用に配慮する。

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

問題 69 病院における給食業務の業務委託についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 給食施設でのアウトソーシングは増加している。
- (2) 病院での栄養管理委員会は、受託側栄養士が開催、運営する。
- (3) 献立作成基準は、病院側栄養士が作成する。
- (4) 病院側と受託側の栄養士は、日常的に緊密な連絡を取り合う。
- (5) 栄養ケア計画書の作成は、病院側の管理栄養士が行う。

問題 70 食材料管理についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 価格変動が大きい生鮮食品は、競争入札方式で購入することが適切である。
- (2) 食材料費の削減を図るには、使用金額の累積比率が低い食材を管理するとよい。
- (3) 純食材料費の算出は、期首在庫金額から期末在庫金額を差し引いたものである。
- (4) 食品の発注に用いる発注係数は、 $1 \div \text{可食率} \times 100$ で求められる。
- (5) T-TT（時間・温度許容限度）は、食品ごとの品温と品質の関係を表している。

問題 71 食中毒予防のための二次汚染防止方法についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 手指の洗浄、消毒をしていれば、食品に直接接触れる作業を行ってよい。
- (2) 原材料は包装のまま、ふた付き容器に入れ保存する。
- (3) 使用水については、色、濁り、におい、異物、遊離残留塩素などについて月 1 回検査し、記録する。
- (4) シンクは、加熱調理用食材と非加熱調理用食材を扱う 2 種類が設置されていればよい。
- (5) 調理終了後の食品は、衛生的なふた付き容器に入れて保存する。

問題 72 食事計画についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 献立作成にあたっては、対象集団の給与栄養目標量、健康状態、利用者のニーズを考慮する。
- (2) 献立作成にあたっては、調理施設・設備、調理従事者の技術・人数、経費などについて考慮する。
- (3) 食材料の購入にあたっては、価格を第一優先として業者の選定を検討する。
- (4) 調理機器の種類と性能、調理従事者の技術をもとに、調理から下膳までの一連の作業について検討する。
- (5) 適温で提供するためには、温度変化を予測した作業方法および保温・保冷の対策を検討する。