

平成19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）      
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19年12月）

問題 1 健康日本 21 についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 一次予防及び二次予防に重点を置いている。
- (2) 壮年死亡の減少を目的としている。
- (3) 健康寿命の延伸を目的としている。
- (4) 国民の主体的な健康づくりを支援している。
- (5) 具体的な数値目標を示している。

問題 2 大気汚染の原因物質についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 光化学オキシダント
- (2) 窒素酸化物
- (3) 浮遊粒子状物質
- (4) 硫黄酸化物
- (5) フロン

問題 3 最近のわが国の衛生統計についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 0 歳平均余命は、諸外国より低い水準にある。
- (2) 心疾患による死亡率は、欧米諸国より高い。
- (3) 死因の第 1 位は、悪性新生物（がん）である。
- (4) 人口構成は、ピラミッド型である。
- (5) 乳幼児死亡率は、諸外国より高い。

問題 4 経口感染する感染症についての記述である。誤りはどれか。

- (1) A 型肝炎
- (2) エキノコックス症
- (3) 急性灰白髄炎（ポリオ）
- (4) コレラ
- (5) 後天性免疫不全症候群（エイズ）

問題 5 現在のわが国の社会保障をとりまく状況についての記述である。誤りはどれか。

- (1) わが国の人口高齢化率は、平成 17(2005)年に 20.2%となり、超高齢社会を迎えている。
- (2) 人口高齢化の要因として、平均寿命の伸長と出生率の低下をあげることができる。
- (3) 平均寿命が伸びた要因として考えられるのは、①乳児死亡率の低下、②結核などの感染症による死亡率の減少、③中高年齢層の死亡率の改善があげられる。
- (4) 出生率減少の要因としては、主として晩婚、晩産化が進んでいるからである。
- (5) 現在わが国では、親、子、孫の三世帯世帯が増加する傾向にある。

問題 6 介護保険についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 介護保険の保険者は、市町村および特別区である。
- (2) 介護保険施設とは、特別養護老人ホーム、老人保健施設、療養型医療施設である。
- (3) 介護保険のサービスを利用したい場合は、市町村および特別区に申請して、介護度の認定を受けなければならない。
- (4) 介護保険は、本人以外は申請することができない。
- (5) 介護保険のサービスは、大別して施設関連サービスと在宅関連サービスである。

問題 7 消化器系についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食道は、気管の腹側を下行する。
- (2) ガストリンは、胃酸の分泌を抑制する。
- (3) 交感神経は、腸管の蠕動運動を抑制する。
- (4) 門脈は、キロミクロンを臍臓に送る。
- (5) 胆汁は、胆嚢で合成される。

問題 8 腎臓の構造と機能についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) グルコースは、尿細管で再吸収される。
- (2) 輸入動脈の血圧が低下すると、レニンの分泌が低下する。
- (3) 腎臓の基本単位であるネフロンは、糸球体と尿細管のみから構成される。
- (4) 腎臓は左右 1 対あり、左腎の方がやや低い位置にある。
- (5) 抗利尿ホルモンのほたらきにより、水の再吸収は抑制される。

問題 9 心臓についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 大静脈は、左心房に開口する。
- (2) 血液の酸素飽和度は、右心房より左心室のほうが高い。
- (3) 僧帽弁は、右の房室弁である。
- (4) 心臓のペースメーカーは房室結節にある。
- (5) 心筋は平滑筋である。

問題 10 呼吸器系についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 右肺は3葉、左肺は2葉からなる。
- (2) 気管支で、ガス交換が行われる。
- (3) 吸息時には横隔膜が収縮し、上方に移動する。
- (4) 予備呼気量と予備吸気量をあわせて肺活量という。
- (5) 肺胞気は、呼気よりも酸素濃度は高い。

問題 11 ホルモンのはたらきについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) インスリンは、血糖を上昇させる。
- (2) グルココルチコイドは、血糖を低下させる。
- (3) ノルアドレナリンは、血圧を上昇させる。
- (4) 甲状腺ホルモンは、基礎代謝を低下させる。
- (5) バゾプレシンは、乳汁の分泌を促進する。

問題 12 血液についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 血液細胞は、黄色骨髄で造られる。
- (2) 赤血球は、腎臓で破壊される。
- (3) アルブミンによって、血液凝固が起こる。
- (4) 血小板は、血液凝固を抑制する。
- (5) 白血球は、細菌感染を防御する。

問題 13 エネルギー代謝と体温調節についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食物摂取の調節中枢は、下垂体にある。
- (2) 起床後の代謝上昇は、特異動的作用の結果である。
- (3) 体温は、日内リズムや性周期により変動する。
- (4) 体温調節中枢は小脳にある。
- (5) 暑熱環境下では、皮膚血管を収縮させ体熱放散を増加させる。

問題 14 炭水化物の構成成分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. でんぷんは、グルコースとフルクトースからなっている。
- b. 乳糖は、ガラクトースとグルコースからなっている。
- c. グリコーゲン、は、グルコースのみからなっている。
- d. マルトースは、ガラクトースのみからなっている。

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

問題 15 たんぱく質の機能とアミノ酸についての記述である。誤りはどれか。

- (1) ミオグロビンは、筋肉中に存在する。
- (2) ヘモグロビンは、体内の組織に酸素を運ぶ運搬（輸送）たんぱく質である。
- (3) フェリチンは、皮膚・毛髪などに含まれる繊維状のたんぱく質である。
- (4) チロシンとフェニルアラニンは、芳香族アミノ酸である。
- (5) ヒドロキシプロリンは、コラーゲンの構成アミノ酸である。

問題 16 糖質の代謝についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 解糖系は、嫌気的な状態でも進む。
- (2) 解糖系で生じた NADH は、エネルギー代謝に利用されない。
- (3) 解糖系で生じた乳酸は、オキサロ酢酸と反応してクエン酸になる。
- (4) 解糖系の各反応は、すべて可逆反応である。
- (5) 解糖系は、すべてミトコンドリア内で進行する。

問題 17 尿素回路についての記述である。誤りはどれか。

- (1) アルギニンは、尿素回路の中間体である。
- (2) シトルリンは、尿素回路の中間体である。
- (3) 尿素回路は、主に腎臓で進む。
- (4) 尿素には、2つの窒素原子がある。
- (5) 尿素回路に支障があるときは、血中アンモニア濃度が上昇して、昏睡する場合がある。

問題 18 脂質代謝についての記述である。誤りはどれか。

- (1) ペントースリン酸経路で生産される NADPH は、脂肪酸合成に使用される。
- (2) 体内の脂肪酸は、 β -酸化によりアセチル CoA となる。
- (3) β -酸化には、 NAD^+ が関与する反応がある。
- (4) β -酸化には、FAD が関与する反応がある。
- (5) ケトン体を生成する主な組織は、筋肉である。

問題 19 コレステロール代謝についての記述である。誤りはどれか。

- (1) コレステロールは、ステロイドの仲間である。
- (2) コレステロールは、生体内で合成できる。
- (3) 胆汁酸やステロイドホルモンは、食事由来のコレステロールからは合成されない。
- (4) HDL はコレステロールを、体内の各組織から肝臓に逆輸送させる。
- (5) コレステロールは、エネルギー源とはならない。

問題 20 酵素についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 酵素反応では、反応後の酵素は反応前と違うものとなる。
- (2) 酵素は、反応の活性化エネルギーを増大させ反応を促進する。
- (3) 人体の酵素の最適 pH は、すべて中性である。
- (4) 酵素が活性化するには、金属イオンを必要とする場合がある。
- (5) 酵素反応速度は、反応温度が高ければ高いほど速くなる。

問題 21 核酸についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) RNA は、二重らせん構造をとっている。
- (2) 核酸の構成単位であるヌクレオチドは、五炭糖、リン酸、塩基からなる。
- (3) mRNA の塩基配列 (コドン) は、隣りあう塩基 4 つで 1 つのアミノ酸に対応する。
- (4) DNA の遺伝情報を mRNA に伝達することを、翻訳という。
- (5) 尿酸は、ピリミジンヌクレオチドの塩基部分の最終代謝産物である。

問題 22 五訂増補日本食品標準成分表についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 食物繊維の項目は、水溶性、不溶性および総量が記載されている。
- (2) 成分値の表示は、すべて可食部 100g 当たりの値である。
- (3) 各成分において、Tr (トレース) は当該成分が含まれていないことを示す。
- (4) エネルギーの単位は、kcal に加え kJ を併記している。
- (5) 食塩相当量は、ナトリウム量に 2.54 を乗じて算出したものである。

問題 23 脂質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 多価不飽和脂肪酸は、3 個以上の二重結合を持つ。
- (2) 天然に存在する脂肪酸の二重結合は、トランス型が多い。
- (3) n-9 系列の脂肪酸は、奇数個の炭素を持つ。
- (4) 魚油には、飽和脂肪酸が多い。
- (5) ドコサヘキサエン酸は、n-3 系列の脂肪酸である。

問題 24 食品から生成する成分で、酵素反応が関与しない組み合わせはどれか。

- a. しょうゆ、味噌の色素 ———— メラノイジン
- b. にんにくの臭い ————— アリシン
- c. 紅茶の色素 ————— テアフラビン
- d. ハム、ソーセージの色 ———— ニトロソミオグロビン

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

問題 25 食品の色についての記述である。誤りはどれか。

- (1) そばに含まれるルチンは、フラボノイド色素である。
- (2) β -カロテンは、プロビタミンAとしてのほたらきがある。
- (3) しその葉に含まれる紫色の成分は、アントシアニン色素である。
- (4) トマトの赤色は、リコピンというカロテノイド色素である。
- (5) クロロフィル色素には、銅が含まれている。

問題 26 植物性食品についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 柿の渋味成分は、タンニンである。
- (2) カリフラワーは、果実部を食用とする野菜である。
- (3) にんじんのビタミンK含量は、ほうれん草より高い。
- (4) さといもの炭水化物の主成分は、グルコマンナンである。
- (5) くりの主な栄養成分は、脂質とたんぱく質である。

問題 27 魚介類の一般成分についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 魚類の脂質含量が低く、水分含量が高い時期を旬という。
- (2) 貝類の炭水化物の大部分は、グリコーゲンとして存在する。
- (3) 魚介類のたんぱく質含量は、季節によって変動する。
- (4) 魚類の脂質含量は、一般に白身魚が赤身魚より多い。
- (5) 血合肉は、普通肉に比べ、脂質含量が低い。

問題 28 食品の貯蔵についての記述である。誤りはどれか。

- (1) ピクルスは、有機酸によって保存性を高めてある。
- (2) 真空濃縮法では、水分の沸点が高くなる。
- (3) 氷温貯蔵は、 0°C から氷結点直前の温度帯で貯蔵する方法である。
- (4) CA(Controlled Atmosphere)貯蔵は、りんごの貯蔵に利用される。
- (5) バナナなどの熱帯産の果物は、低温障害などを起こしやすい。

問題 29 うま味成分とその機能の組み合わせである。誤りはどれか。

- (1) カフェイン ————— コーヒーの苦味
- (2) エピガロカテキンガレート ——— 緑茶の苦味
- (3) グアニル酸 ————— しいたけのうま味
- (4) テアニン ————— ビールの苦味
- (5) カプサイシン ————— とうがらしの辛味

問題 30 乳製品についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ヨーグルトは、牛乳などを主に乳酸菌で醗酵させたものである。
- (2) ロングライフ (LL) 牛乳は、低温殺菌された牛乳である。
- (3) ナチュラルチーズは、熟成したチーズにリン酸塩などを加え、加熱、溶融、型詰したものである。
- (4) バターは、乳脂肪の中に水や乳固形分散した O/W (水中油滴型) のエマルションである。
- (5) 無糖練乳は、加糖練乳より保存性が高い。

問題 31 食用油脂についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ラードは、牛脂である。
- (2) マーガリンは、硬化油や動植物性油脂に窒素を添加して作ったものである。
- (3) とうもろこし油は、とうもろこしの胚芽部分に含まれる脂肪分を採油したものである。
- (4) トランス脂肪酸は、マーガリンにはほとんど含まれない。
- (5) オリーブ油は、飽和脂肪酸を多く含む。

問題 32 特定保健用食品とその保健機能表示の組み合わせである。誤りはどれか。

- (1) お腹の調子を整える食品 ————— 難消化性デキストリン
- (2) 血圧が高めの人の食品 ————— オリゴペプチド
- (3) 虫歯になりにくい食品 ————— マルチトール
- (4) コレステロールが高めの人の食品 ——— 大豆たんぱく質
- (5) 血糖値が気になり始めた人の食品 ——— カゼインホスホペプチド

問題 33 食品添加物についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 保存料は、食品の変質の要因となる微生物を殺す添加物である。
- (2) 殺菌料は、微生物に対し静菌的作用がある。
- (3) 増粘剤には、多糖は使われない。
- (4) 防カビ剤は、カビによる変質防止に使用され、保存料とは区別される。
- (5) 酸化防止剤は、微生物の増殖を抑える作用がある。

問題 34 微生物性食中毒についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 黄色ブドウ球菌の潜伏期は、約 3 時間である。
- (2) ノロウイルスは、ヒトの腸内で増殖する。
- (3) 腸管出血性大腸菌 O 157 は、耐熱性である。
- (4) 鶏卵は、サルモネラの汚染を受けやすい。
- (5) セレウス菌食中毒には、嘔吐型と下痢型がある。

問題 35 自然毒食中毒の原因となる毒素成分についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 未熟な青梅の種子に含まれる毒素成分を、アミグダリンという。
- (2) ベニテングタケに含まれる中枢神経に作用する毒素成分を、アコニチンという。
- (3) ホタテガイなど毒化した二枚貝に含まれる麻痺性毒素成分を、サキシトキシンという。
- (4) ジャガイモの発芽部、緑変部に含まれる毒素成分を、ソラニンという。
- (5) フグの卵巣、肝臓などに含まれる毒素成分を、テトロドトキシンという。

問題 36 糖質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 解糖系は、酸素を必要とする好氣的代謝である。
- (2) グルクロン酸は、核酸の構成成分である。
- (3) 脂質代謝に比べて、糖質代謝では、ビタミン B₁ の必要量が多い。
- (4) 筋肉中のグリコーゲン、血糖として利用される。
- (5) 糖質を大量に摂取すると、中性脂肪の分解が進む。

問題 37 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、血清コレステロール値を上昇させる。
- (2) 飽和脂肪酸は、n-3系脂肪酸やn-6系脂肪酸に分類される。
- (3) 不飽和脂肪酸は、酸化されやすく、ビタミンEやカロテンの存在で酸化が抑制される。
- (4) n-3系脂肪酸に属する α -リノレン酸は、必須脂肪酸である。
- (5) リノール酸の融点は、ステアリン酸より低い。

問題 38 たんぱく質の代謝についての記述である。誤りはどれか。

- (1) たんぱく質の摂取量が増加すると、尿中への尿素の排泄量は増加する。
- (2) 多くの動物性たんぱく質の消化吸収率は、90%以上である。
- (3) 植物性たんぱく質に制限アミノ酸を補足すると、栄養価が改善される。
- (4) 体たんぱく質の合成には、非必須アミノ酸は必要としない。
- (5) 1日の体重当たり体たんぱく質合成量は、加齢とともに低下する。

問題 39 ビタミンについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ナイアシンは、生体内でメチオニンから合成される。
- (2) ビタミンDは、肝臓と膵臓で活性化される。
- (3) パントテン酸は、抗酸化作用を有する。
- (4) 葉酸は、核酸の合成に関係する。
- (5) NADは、たんぱく質代謝に関与する。

問題 40 ミネラルについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) コバルトは、葉酸の構成成分である。
- (2) 副甲状腺ホルモンは、血中カルシウム濃度を上昇させる。
- (3) ヨウ素の欠乏により、骨粗しょう症が起こる。
- (4) 銅は、グルタチオンペルオキシダーゼの成分である。
- (5) 鉄の吸収は、フィチン酸やタンニンによって促進される。

問題 41 妊娠・授乳期の生理と栄養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. エストロゲンは、排卵を促進する。
- b. つわりが病的に悪化したものを、妊娠悪阻という。
- c. 妊娠期には、基礎代謝の低下がみられる。
- d. 妊娠期には、胎児に蓄積されるカルシウム分を付加量として摂取する。

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

問題 42 母乳栄養についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 母乳は、生後5ヶ月頃までの乳児に必要な栄養素を含み、消化吸収がよい。
- (2) 母体の回復が遅くなる。
- (3) 免疫物質を含み、乳児の病気の罹患率や死亡率が低い。
- (4) アレルギーを起こしにくい。
- (5) 母親とのスキンシップが得られ、情緒的・精神的安定が得られる。

問題 43 高齢期の生理的变化についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 基礎代謝量は、上昇する。
- (2) 塩味の閾値は、低下する。
- (3) 脈圧は、低下する。
- (4) 細胞外液は、減少する。
- (5) 消化酵素は、減少する。

問題 44 離乳についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 離乳の開始とは、果汁やスープなどの液体を与えたときである。
- (2) 離乳とは、乳汁栄養から、幼児食に移行する過程である。
- (3) 離乳の開始は、遅くとも3ヶ月までとする方が望ましい。
- (4) 離乳初期は、卵白などのたんぱく質の多い食品から始める。
- (5) 離乳後期から、はちみつを使用してもよい。

問題 45 消化器疾患についての記述である。誤りはどれか。

- (1) B型肝炎は、貝（カキ）の生食によって起こることが多い。
- (2) 脂肪肝は、低栄養によっても起こる。
- (3) 肝硬変の非代償期では、黄疸、腹水、食道静脈瘤、肝性脳症などを認める。
- (4) 胆石には、ビリルビン系結石とコレステロール系結石がある。
- (5) 急性膵炎の基本的な食事療法は、脂質を制限する。

問題 46 糖尿病についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 尿糖が陽性のときは、糖尿病と診断する。
- (2) HbA_{1c}値は、採血時点から1~2週間前の平均血糖値を示している。
- (3) 血糖コントロールが良好な場合は、食事療法の必要がない。
- (4) 糖尿病食では、炭水化物のみを制限し、血糖値の上昇を抑える。
- (5) 三大合併症は、糖尿病性腎症、糖尿病性神経障害、糖尿病性網膜症である。

問題 47 腎疾患についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 慢性腎不全による貧血は、エリスロポエチンの産生増加によるものである。
- (2) ネフローゼ症候群では、低アルブミン血症がみられる。
- (3) たんぱく質の利用効率を高めるため、エネルギーは十分摂取する。
- (4) カリウム制限のある場合は、いも類、果実類、生野菜類などの摂取に気をつける。
- (5) 腎臓病食品交換表は、たんぱく質3gを1単位としている。

問題 48 栄養法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 経腸栄養法には、経口栄養法と経管栄養法がある。
- (2) 経静脈栄養法には、末梢静脈栄養法と中心静脈栄養法がある。
- (3) 経腸栄養は、経静脈栄養に比較し高価格である。
- (4) 経静脈栄養は、感染症に注意する必要がある。
- (5) 成分栄養剤は、クローン病の治療に適応される。

問題 49 循環器疾患についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 本態性高血圧とは、原因疾患の明らかなものをいう。
- (2) 狭心痛は、心筋が一過性の虚血に陥ったために生じる。
- (3) うっ血性心不全では、有酸素運動を毎日1時間以上行う。
- (4) 血清 HDL コレステロール高値は、動脈硬化のリスクが高くなる。
- (5) 脳卒中の急性期では、粥食にする。

問題 50 各疾患についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) コレステロールは、肝臓で合成されるよりも、食事の影響が大きい。
- (2) 骨粗しょう症の治療には、骨の形成に必要なビタミンCが重要である。
- (3) 痛風は、関節などに痛みを生ずる疾患であり、プリン体の含有量の多い食品をさける。
- (4) 食物アレルギーは、即時型アレルギーの代表的なものである。
- (5) けいれん性便秘の場合は、腸管運動を亢進させる食事にする。

問題 51 栄養指導の制度についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 平成 12(2000)年に栄養士法に代わって、健康増進法が制定された。
- (2) 平成 15(2003)年にメタボリックシンドローム予防を中心とした食育基本法が施行された。
- (3) 平成 16(2004)年に栄養教諭制度が創設され、学校への配置が義務づけられた。
- (4) 平成 17(2005)年に 21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）では、第三次予防が重視されている。
- (5) 平成 17(2005)年に介護保険法が改定され、介護予防重視型へ転換された。

問題 52 各種栄養評価法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) カウプ指数は、乳幼児の体格を判定する目安となるものである。
- (2) 食事調査において、24 時間思い出し法は集団の栄養状態の評価判定に用いられる。
- (3) 血液生化学検査で血清アルブミン値は、低栄養の指標となっている。
- (4) 食事バランスガイドは、食品群を目安として食事評価ができるように構成されている。
- (5) 問診やアンケート調査では、主訴、家族歴、既往歴などの情報を収集する。

問題 53 栄養指導の媒体についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 媒体は、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) 料理や実物の食品は、媒体として適していない。
- (3) 幼児や学童には、演示媒体として紙芝居や人形劇なども適している。
- (4) パンフレットやリーフレットなどの印刷媒体は、集団および個人の指導に用いられる。
- (5) 媒体作成にあたっては、対象者の特性や知識レベルにより指導内容を考慮し、作成する。

問題 54 妊娠期の栄養管理についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) つわり期は、胎児の成長も著しいので、努力して食べるよう指導する。
- (2) 妊娠期のビタミンC過剰摂取は、奇形児発生に関与するため、注意が必要である。
- (3) 妊娠高血圧症候群の食事指導は、高エネルギー・高たんぱく質の食事を基本とする。
- (4) 妊娠中は、黄体ホルモンや自律神経の作用などで血液循環が悪くなるため、便秘になりやすい。
- (5) 妊娠中は月経が止まるため、貧血になることはほとんどない。

問題 55 高齢者の栄養指導についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 誤嚥防止のためには、食物の形態と食品の選択が大切である。
- (2) カルシウムの吸収率は上昇するため、食事摂取基準では、目安量が目標量より高くなっている。
- (3) 脂肪は便の通過を滑らかにするので、少し多めに摂取するのも便秘予防には効果的である。
- (4) 運動量の低下から食欲が低下し、低栄養状態に陥ることがある。
- (5) 高齢者において、脱水による脳梗塞も考えられるので、水分補給は大切である。

問題 56 疾病時の栄養指導についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 血糖のコントロールが不良な2型糖尿病では、適度な有酸素運動推奨や、飲酒の制限も検討する。
- (2) LDL コレステロールが高い場合には、食物繊維の摂取を促す。
- (3) 高尿酸血症では、水分は多めにとって尿酸排出を促すのがよい。
- (4) 高血圧症では、どのような状態でも食塩制限を行えば血圧は低下する。
- (5) 鉄欠乏性貧血では、鉄吸収をよくするためにタンニンを含む食品の摂取は控える。

問題 57 公衆栄養活動についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 公衆栄養活動の目的は、集団の健康の保持・増進と疾病の予防を図るもので、QOLの向上までは視野に入れない。
- (2) 公衆衛生活動が対象とする環境は、社会・自然環境であり、公衆栄養活動が対象とする環境は、食環境である。
- (3) 重要な公衆栄養活動として21世紀の健康づくり施策である「健康日本21」の推進があげられる。
- (4) 地域公衆栄養活動には、住民の参加が重要であるが、企画・立案は専門家が行う方が成果があがる。
- (5) 地域公衆栄養活動の進め方として、ポピュレーションアプローチよりハイリスクアプローチの方が健康の保持・増進に貢献する。

問題 58 「食育基本法」に規定されている事項についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成。
- (2) 食に関する感謝の念と理解。
- (3) 食に関する体験活動と食育推進活動の実践。
- (4) 食品の安全性の確保などにおける食育の役割。
- (5) 乳幼児の健康の保持・増進。

問題 59 市町村栄養士の業務についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 住民への一般的な栄養相談・栄養指導の実施。
- (2) 食生活改善推進員の養成や育成。
- (3) 食と健康まつりなど地区住民を対象とした行事の開催。
- (4) 離乳食・幼児食講習会の実施。
- (5) 特定給食施設などに対する指導および助言の実施。

問題 60 「日本人の食事摂取基準(2005年版)」の栄養素の設定指標についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 「推定平均必要量」は、対象の50%が必要量を満たすと推定される一日の摂取量。
- (2) 「推奨量」は、対象のすべての人が必要量を満たすと推定される量。
- (3) 「目安量」は、推定平均必要量、推奨量を算定するのに十分な科学的根拠が得られない場合で、対象者が良好な栄養状態を維持するのに十分な量。
- (4) 「目標量」は、生活習慣病の一次予防のために、当面の目標とすべき摂取量と範囲。
- (5) 「上限量」は、ほとんどすべての人が過剰摂取による健康障害を起こすことのない最大限の量。

問題 61 国民健康・栄養調査についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 国民健康・栄養調査地区の選定は、厚生労働大臣が行う。
- (2) 国民健康・栄養調査員は、厚生労働大臣が任命する。
- (3) 国民健康・栄養調査は、身体状況と生活習慣のみを調査する。
- (4) 国民健康・栄養調査に要する費用は、都道府県が負担する。
- (5) 国民健康・栄養調査世帯は、厚生労働大臣が指定する。

問題 62 食料需給表についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ダイエットバランスシートとも呼ばれる。
- (2) 毎年度 WHO の示す作成手引に沿って作られる。
- (3) 外国との大まかな比較が可能である。
- (4) 供給栄養素量は、国民健康・栄養調査結果と一致する。
- (5) 食料自給率の算出だけを目的に調査されている。

問題 63 寒天ゼリーとゼラチンゼリーの調理についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ゼラチンは、動物の骨や皮からの抽出物、寒天は植物種子からの抽出物である。
- (2) ゼラチンゲルは、融解温度 80℃の熱不可逆性ゲルである。
- (3) 寒天ゼリーに適する寒天濃度は、3%程度である。
- (4) ゼラチンゼリーでは、パイナップルの果汁を加えると固まりやすい。
- (5) 寒天ゼリーでは、砂糖の添加により透明度が上昇する。

問題 64 卵の調理についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) カスタードプディングなどで、卵液に砂糖を加えると加熱凝固温度が低下する。
- (2) 卵黄、卵白ともに半熟状態の卵を作るには、卵を 60℃の湯に 25 分間入れておく。
- (3) 卵黄が中心にあるゆで卵を作るには、卵を動かさないように静かに加熱する。
- (4) 希釈卵液の加熱調理では、希釈液に牛乳を用いると水を用いるよりも凝固しやすい。
- (5) 卵黄を用いたマヨネーズは、W/O（油中水滴型）のエマルションになっている。

問題 65 魚の調理についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) まぐろ、かつおなどの赤身魚では、加熱すると肉がほぐれやすいので、でんぶ（そばろ）にする。
- (2) あらいは、魚肉をそぎ切りにして氷水につけ、収縮を起こさせる調理法である。
- (3) しめさばは、魚に1%の食塩を振って、すぐに食酢に漬ける。
- (4) 魚肉は、肉基質たんぱく質の割合が畜肉よりも多いので軟らかい。
- (5) たい、たらなどの白身魚では、食塩を加えなくても弾力のあるすり身ができる。

問題 66 特定給食施設における「日本人の食事摂取基準(2005年版)」に基づく栄養・食事計画についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 栄養・食事計画に際して、原則として集団を1つの単位として捉えている。
- (2) 適切な食事を提供するために必須である栄養アセスメント項目は、対象者の性・年齢のみである。
- (3) 給与栄養目標量の算定の手順は、最初にエネルギー、次に三大栄養素を設定する。
- (4) エネルギーの給与目標量は、推定エネルギー必要量の個人間の幅が500kcal程度以内になるように集約して設定する。
- (5) 脂質の給与目標量は、成人の場合、エネルギー比率で40%とする。

問題 67 健康増進法に基づく特定給食施設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. 特定給食施設とは、特定かつ多数の者に対して継続的に1回100食以上または1日250食以上の食事を供給する施設をいう。
- b. 特定給食施設を設置した者は、事業開始から1か月以内に所在地の市町村長に届出なければならない。
- c. 特定給食施設は、すべての施設に管理栄養士を配置し栄養管理を行わなければならない。
- d. 都道府県知事は、任命した栄養指導員を通して、特定給食施設に指導や助言ができる。

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

問題 68 入院時食事療養費についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 入院時食事療養（I）は、適時・適温で食事が提供されていることが条件である。
- (2) 適時の食事提供については、夕食を原則として午後6時以降とする。
- (3) 特別食加算は、1食を単位として、1日3食を限度とする。
- (4) 食堂加算は、すべての保険医療機関で行われる。
- (5) 糖尿食は、特別食加算の対象となる。

問題 69 特定給食施設における衛生管理についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 検食の保存は、0℃で75時間とする。
- (2) 検食は、調理の味つけをみるのが目的であり、盛り付けや衛生面のチェックなどを行う必要はない。
- (3) 検便は、常勤の調理従事者についてのみ、月1回以上実施する。
- (4) 調理従事者で手指の切り傷が化膿している者は、ボツリヌス菌による食中毒の危険がある。
- (5) 魚は、十分に流水で洗浄することにより、腸炎ビブリオによる食中毒を予防することができる。

問題 70 検収についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 検収は、施設長と栄養士が行わなければならない。
- (2) 検収では、納品された食材の重量、品質などを点検する。
- (3) 検収は、生鮮食品のみ行う。
- (4) 検収は、調理室の中で行う。
- (5) 不良品があった場合には、給食終了後業者に伝える。

問題 71 特定給食施設の調理方式についての記述である。誤りはどれか。

- (1) クックフリーズは、加熱調理後、急速に冷凍（-18℃以下）する。
- (2) クックチルは、加熱調理後、急速に冷却する。
- (3) クックサーブは、加熱調理後0～3℃で保管する。
- (4) 真空調理は、食材を真空包装し、低温にて加熱処理する。
- (5) クックチルの再加熱は、中心温度75℃以上で、1分間以上とする。

問題 72 大量調理施設衛生管理マニュアルにおける殺菌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. 調理機械（器） ———— 80℃で5分間以上殺菌する。
- b. 調理台 ———— 50%アルコールを噴霧する。
- c. まな板 ———— 80℃で5分間以上殺菌する。
- d. ふきん ———— 80℃で5分間以上殺菌する。

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