

平成20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20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) 国民の主体的な健康づくりを支援する。
- (2) 二次予防に重点を置いた対策を推進する。
- (3) 壮年死亡の減少を図る。
- (4) 生活の質の向上を目指している。
- (5) 健康寿命の延伸を重視している。

問題 2 健康増進法についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 栄養士の定義が明記されている。
- (2) 廃止された栄養改善法の内容は、引き継がれていない。
- (3) 受動喫煙の防止対策について規定している。
- (4) 学校給食の普及充実にを図ることを目的としている。
- (5) 飲食に起因する衛生上の危害の発生を防止し、国民の健康の保護を図ることを目的としている。

問題 3 ヒトへのダイオキシン類の取り込み経路についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) いも類から最も多く取り込まれる。
- (2) 魚介類から最も多く取り込まれる。
- (3) 穀類から最も多く取り込まれる。
- (4) 食肉類から最も多く取り込まれる。
- (5) 卵類から最も多く取り込まれる。

問題 4 人口動態統計についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 純再生産率が 1.0 であれば、人口は増減しない。
- (2) 死亡診断書に記載する傷病名は、国際疾病分類 (ICD) に準ずる。
- (3) 年齢調整死亡率と粗死亡率の差が大きくなるのは、人口の高齢化による。
- (4) 死産とは、妊娠満 22 週以降の死児の出産である。
- (5) 人口動態統計に係わる統計に関する事項は、保健所の事業に含まれる。

問題 5 社会保障についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 介護保険法の第二号被保険者が介護サービスを利用する場合、16 特定疾病により要介護あるいは、要支援状態になったことを要件としている。
- (2) 介護保険の要介護認定は、都道府県に設置する介護審査会で行う。
- (3) 障害者自立支援法の対象は、身体障害者、知的障害者、精神障害者および障害児である。
- (4) 生活保護法の目的は、最低生活保障と自立助長である。
- (5) 社会保険とは、年金、医療保険、雇用保険、労災保険、介護保険である。

問題 6 児童福祉についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 国家資格である保育士資格は、業務独占資格である。
- (2) 平成 12 (2000) 年の児童虐待防止法施行後、児童相談所に寄せられる児童虐待相談件数は、横ばいである。
- (3) 児童相談所は、全国のすべての市に設置することが、児童福祉法に定められている。
- (4) 児童福祉法では、18 歳未満の者を児童と定義している。
- (5) 児童手当が支給される期間は、誕生時から小学校 3 年生までである。

問題 7 消化管についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食道と胃の境には、幽門がある。
- (2) 胃の粘膜は、移行上皮でできている。
- (3) 胃腺の壁細胞は、塩酸を分泌する。
- (4) 大腸上皮表面から、消化酵素が分泌される。
- (5) 消化管の機能は、交感神経緊張により亢進する。

問題 8 心臓についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 心臓の壁は、内側から心内膜、心筋層、心外膜の 3 層からなる。
- (2) 冠状動脈は、胸大動脈から 2 本出ている。
- (3) 大動脈は、右心室から出る。
- (4) 心臓のペースメーカー（歩調取り）は、房室結節にある。
- (5) 右の房室弁が僧帽弁である。

問題 9 腎臓についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 左右の腎臓は、同じ高さに位置する。
- (2) ネフロンは、腎小体と尿細管からなる。
- (3) 腎小体は、糸球体と尿細管からなる。
- (4) 原尿は、1日 20ℓ 生成される。
- (5) 尿と血漿のグルコース濃度は、同じである。

問題 10 骨と筋肉についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 骨の主成分は、リン酸カルシウムである。
- (2) 肘関節は、ちょうばん蝶番関節である。
- (3) 骨格筋は、横紋構造をもつ。
- (4) 平滑筋は、横紋構造をもつ。
- (5) 心筋は、横紋構造をもつ。

問題 11 体重当たりの基礎代謝量についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 男性は、女性より低い。
- (2) 小児は、成人より高い。
- (3) 冬期は、夏期より低い。
- (4) 栄養不足になると、上昇する。
- (5) 体脂肪率の高い人は、高い。

問題 12 ホルモン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、肝臓のグリコーゲン分解を促進する。
- (2) 甲状腺ホルモンは、基礎代謝を低下させる。
- (3) 黄体ホルモン（プロゲステロン）は、次期の排卵を促進させる。
- (4) 副甲状腺ホルモン（パルトルモン）は、腎臓でのカルシウム排出を抑制する。
- (5) 成長ホルモンは、血糖値を低下させる。

問題 13 神経についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食欲中枢は、視床下部に存在する。
- (2) ビタミン B₂ 欠乏は、ウェルニッケ脳症を起こす。
- (3) 脳神経は、中枢神経である。
- (4) シナプスにおける刺激伝達は、両方向性である。
- (5) 発生において、神経細胞は内胚葉由来である。

問題 14 細胞についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 細胞膜は、セルロースが主成分である。
- (2) リボソームは、加水分解酵素を多く含む。
- (3) 細胞質には、解糖系酵素が存在している。
- (4) ゴルジ装置は、遺伝情報を保存している。
- (5) ミトコンドリアは、たんぱく質合成を行う。

問題 15 酵素についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 酵素は、たんぱく質で構成されている。
- (2) 酵素の反応速度に影響を与える因子に、温度や pH があげられる。
- (3) 酵素は、熱によって変性し、失活する。
- (4) ペプシンの最適 pH は、小腸内の pH と一致している。
- (5) 酵素作用を受ける物質を、基質という。

問題 16 多糖類の構造についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) アミロースは、 α -1,6 結合による直鎖構造である。
- (2) アミロペクチンの分枝部分は、 α -1,4 結合である。
- (3) グリコーゲン、アミロースとアミロペクチンの混合物である。
- (4) セルロースは、 β -グルコースが多数結合した構造である。
- (5) セルロースは、枝分かれ構造を持つ。

問題 17 糖質についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 筋肉では、グルコースから乳酸が作られる場合がある。
- (2) インスリンは、グルコースから中性脂肪への合成を亢進する。
- (3) 解糖系は、酸素を必要としない代謝経路である。
- (4) グリコーゲン合成は、肝臓と筋肉で行われる。
- (5) 糖質代謝では、ビタミン B₆ が必要となる。

問題 18 リポたんぱく質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 脂肪は、アポたんぱく質と複合体を作り、血液により運搬される。
- (2) リポたんぱく質は、球状で外側にトリアシルグリセロールやコレステロールエステルが多く存在する。
- (3) VLDL（超低密度リポたんぱく質）は、食事由来のトリアシルグリセロールを運搬する。
- (4) キロミクロン（カイロミクロン）中のトリアシルグリセロールは、血中を移動する間に膵リパーゼにより分解される。
- (5) LDL（低密度リポたんぱく質）は、末梢組織中のコレステロールを肝臓に運搬する。

問題 19 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) グルコースやグリコーゲンへと代謝されるアミノ酸を、ケト原性アミノ酸という。
- (2) アミノ基転移反応により、遊離のアンモニアが生成される。
- (3) 尿素は、主に肝臓内の尿素サイクル（回路）で合成される。
- (4) アミノ酸は、脱炭酸反応によりアミノ基が α -ケト酸に移行する。
- (5) メープルシロップ尿症は、フェニルアラニンをチロシンへ変換する酵素の欠損によって引き起こされる。

問題 20 核酸についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ヌクレオチドは、六炭糖、有機塩基およびリン酸で構成される。
- (2) アデニンとシトシンは、互いに相補的塩基対をなす。
- (3) DNA を鋳型として、mRNA が作られる転写は、細胞核内で行われる。
- (4) DNA は、1本のポリヌクレオチド鎖として核内に存在している。
- (5) mRNA は、4つの塩基を一組としてアミノ酸を決定している。

問題 21 ホルモン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) インスリンは、肝臓での糖新生を促進する。
- (3) カルシトニンには、血漿カルシウム濃度を上昇させる。
- (4) チロキシンは、ヨウ素を含むホルモンである。
- (5) 性ホルモンは、チロシンから合成される。

問題 22 たんぱく質・アミノ酸についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 必須アミノ酸のうち、塩基性アミノ酸はリシンとヒスチジンである。
- (2) 必須アミノ酸のうち、含硫アミノ酸はトレオニンである。
- (3) たんぱく質溶液に、塩類を多量に加えると沈殿することを塩析という。
- (4) たんぱく質を等電点で沈殿させることを、等電点沈殿という。
- (5) 精白米の第一制限アミノ酸は、リシンである。

問題 23 脂質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 炭素数が 14 個以上のものを、中鎖脂肪酸という。
- (2) リノール酸は、n-3 系の脂肪酸である。
- (3) 不飽和脂肪酸は、二重結合をもたない。
- (4) 油脂の水素添加により、トランス型脂肪酸が生成される。
- (5) ヨウ素価の高い油脂は、酸化されにくい。

問題 24 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) 成分値はすべて、食品の可食部 100g 当たりの数値で示されている。
- (2) エネルギーの kcal から kJ への換算は、 $1\text{kcal} = 4.18\text{kJ}$ を用いている。
- (3) 炭水化物量は、100g から水分、たんぱく質および脂質の合計量を差し引いた値である。
- (4) 食物繊維の項目は、水溶性、不溶性、総量で示されている。
- (5) 食塩相当量は、ナトリウム量に 2.54 を乗じて求められている。

問題 25 食品の無機質についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 野菜、果実の無機質は、カリウムが特に多い。
- (2) 葉緑素は、構成成分にマグネシウムを含む。
- (3) 海藻や魚介類は、ヨウ素の給源である。
- (4) カゼインホスホペプチド（カゼインの分解物）は、カルシウムの吸収を促進させる。
- (5) 牛乳は、鉄の給源である。

問題 26 魚介類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. 血合肉の濃褐色は、ミオグロビンやチトクローム含量が高いことによる。
- b. K値は、魚肉内の ATP 関連物質の総和に対する HXR（イノシン）と HX（ヒポキサンチン）の和の百分率で表す。
- c. 新鮮な海産魚には、トリメチルアミンが多く含まれている。
- d. 魚肉には、死後硬直は起こらない。

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

問題 27 野菜類についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) なすの色素は、酸性にすると青色になる。
- (2) 和がらしの辛味成分は、アリイナーゼの作用で生成する。
- (3) ごぼうの切り口の褐変には、ポリフェノール成分が関与する。
- (4) ほうれんそうには、カロテンが含まれていない。
- (5) トマトは、収穫後もエタンガスを発生して追熟する。

問題 28 鶏卵の成分についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 卵白の水分含量は、卵黄より多い。
- (2) 卵白の主要たんぱく質は、リゾチームである。
- (3) 卵白の脂質含量は、卵黄より少ない。
- (4) 卵白が淡黄色なのは、ビタミン B₂（リボフラビン）を含むためである。
- (5) コレステロールは、ほとんど卵黄に含まれる。

問題 29 食品の包装についての記述である。誤りはどれか。

- (1) JIS（日本工業規格）では、包装を個装、内装および外装に分類している。
- (2) ポリエチレンは、ヒートシール性に優れたプラスチックフィルムである。
- (3) 無菌包装された食品は、常温下での長期保存が可能である。
- (4) 窒素ガス置換包装を施すと、嫌気性細菌の増殖を抑えられる。
- (5) 包装内の空気の二酸化炭素が 40～50% になると、カビ類は増殖できなくなる。

問題 30 現在許可されている特定保健用食品の関与成分と保健の用途の表示との対応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. GABA（ γ -アミノ酪酸） | ————— | 血圧の高めの人に適する |
| b. フラクトオリゴ糖 | ————— | 歯の健康維持に役立つ |
| c. 大豆たんぱく質 | ————— | おなかの調子を整える |
| d. ビタミンK | ————— | 骨の健康が気になる人に適する |

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

問題 31 たんぱく質についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 小麦の主要たんぱく質は、水に溶けない。
- (2) 牛乳の主要たんぱく質は、コラーゲンである。
- (3) 大豆の主要たんぱく質は、にがりの添加により沈殿する。
- (4) 牛乳の主要たんぱく質は、加熱により沈殿しない。
- (5) たんぱく質の溶解性は、pH によって変化する。

問題 32 乳類およびその加工品についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 牛乳の炭水化物には、フルクトースが多い。
- (2) 牛乳の脂質には、飽和脂肪酸が少ない。
- (3) 牛乳には、ビタミンCが多く含まれる。
- (4) 日本で普及している牛乳の殺菌方法は、超高温長時間法である。
- (5) バターは、W/O（油中水滴型）のエマルションである。

問題 33 細菌性食中毒についての記述である。誤りはどれか。

- (1) サルモネラ属菌による食中毒は、感染侵入型食中毒である。
- (2) 黄色ブドウ球菌食中毒は、毒素型食中毒である。
- (3) セレウス菌食中毒の原因菌は、芽胞を形成しない。
- (4) 大腸菌 O 157 は、溶血性尿毒症を起こすことがある。
- (5) 腸炎ビブリオの原因菌は、コレラ菌と同じ属の細菌である。

問題 34 微生物についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 微生物は、最低増殖温度以下では増殖できないが生存している。
- (2) マイコトキシンは、細菌類が産生する毒素である。
- (3) 微生物は、酸素の非存在下では増殖できない。
- (4) 枯草菌の芽胞は、100℃、10 分の加熱で死滅する。
- (5) 細菌が、食品中で増殖に利用できるのは、結合水である。

問題 35 食品中の呈味成分についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 梅干しの酸味は、クエン酸による。
- (2) コーヒーの苦味は、カフェインによる。
- (3) 乾しいたけのうま味は、5' - イノシン酸による。
- (4) とうがらしの辛味は、カプサイシンによる。
- (5) お茶の渋味は、カテキン類による。

問題 36 消化・吸収についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 消化後の水溶性栄養成分は、リンパ管から吸収される。
- (2) 消化酵素の多くは、膵液や小腸粘膜に存在する。
- (3) 促進拡散は、エネルギーを必要とする吸収方法の一つである。
- (4) 胆汁は、膵臓で合成される。
- (5) 胃液に含まれるペプシノーゲンは、脂質を消化する。

問題 37 熱量素についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 脂質の過剰摂取は、ビタミン B₁ の必要性を高める。
- (2) 摂取エネルギーが不足すると、窒素出納は正になる。
- (3) 糖質の摂取が不足すると、たんぱく質の異化が亢進する。
- (4) 糖質と脂質の燃焼割合は、非たんぱく質呼吸商からは求められない。
- (5) 食事誘発性体熱産生は、脂質が最も高い。

問題 38 腸内細菌と難消化性糖質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 腸内に生息する有用菌には、ビフィズス菌や乳酸菌などがある。
- (2) 腸内細菌により、ビタミンA、ビタミンCなどが合成される。
- (3) 難消化性糖質 1g は、4kcal のエネルギーを産生する。
- (4) 難消化性糖質からの分解・発酵産物は、主に長鎖脂肪酸である。
- (5) 大腸管腔内は、難消化性糖質の分解産物によりアルカリ性に傾く。

問題 39 無機質についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ヘム鉄は主に植物性食品に、非ヘム鉄は主に動物性食品に多く含まれている。
- (2) カルシウムの腸管吸収は、カリウムとの摂取バランスが同程度のときに良好である。
- (3) フッ素の欠乏症には、甲状腺腫が知られている。
- (4) 細胞内液にはナトリウムイオンが、細胞外液にはカリウムイオンが多く溶存している。
- (5) 鉄、銅、コバルトなどのミネラル欠乏は、貧血に関与している。

問題 40 ビタミンについての記述である。正しいのはどれか。

- (1) パントテン酸は、コエンザイムA (CoA) の構成成分である。
- (2) ビタミンDは、抗酸化性のほか、コラーゲン合成因子として重要である。
- (3) β-カロテンは、プロビタミンEである。
- (4) ビタミンCの欠乏は、血液凝固の遅延をまねく。
- (5) 胃切除患者では、ビタミン B₁₂ の過剰になりやすい。

問題 41 母乳についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 吸啜刺激^{きゅうせつ}は、母乳分泌を促進する。
- (2) 射乳ホルモンのオキシトシンは、子宮の収縮を促す。
- (3) 催乳ホルモンのプロラクチンは、脳下垂体後葉から分泌される。
- (4) 糖質の大部分は乳糖で、牛乳の 1.5 倍含まれている。
- (5) 初乳の感染防御因子の含有率は、成乳に比べ多い。

問題 42 乳児期の栄養についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 離乳食の開始は生後 5～6 か月ごろで、哺乳反射の減弱や消失が認められるころである。
- (2) 母乳は完全栄養であり、ダイオキシンなどに汚染されることはない。
- (3) アレルギーを起こしやすい食品は、果汁、豚肉である。
- (4) フォローアップミルクは、母乳の代替品として用いられる。
- (5) 離乳開始では、パン粥から始め、コメの粥に進む。

問題 43 高齢者の特徴についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 消化吸収率は、低下する。
- (2) 食事量の減少は、脱水や便秘を起こしやすい。
- (3) アルブミン濃度は低下する。
- (4) 閉経後、女性ホルモンの減少は、骨粗鬆症を引き起こしやすい。
- (5) 除脂肪体重は増加する。

問題 44 思春期の身体と栄養についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 男性の身体的特徴は、エストロゲンの働きによる。
- (2) 思春期の女性は、鉄欠乏による貧血が少ない。
- (3) 神経性食欲不振症（拒食症）の原因は、やせ願望やストレスによることが多い。
- (4) 食事摂取基準による脂肪エネルギー比率は、35～40% である。
- (5) 鉄の 1 日の食事摂取基準は、15～17 歳で男性 45mg、女性 50mg である。

問題 45 脂質異常症（高脂血症）についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 高 LDL コレステロール血症の診断基準は、空腹時血清値で 140mg/dℓ 以上である。
- (2) 高トリグリセリド血症の診断基準は、空腹時血清値で 150mg/dℓ 以上である。
- (3) 低 HDL コレステロール血症の診断基準は、空腹時血清値で 40mg/dℓ 未満である。
- (4) 高 LDL コレステロール血症が持続する場合には、コレステロールの摂取量を 200mg/日 以下にする。
- (5) 高トリグリセリド血症が持続する場合には、炭水化物エネルギー比を総摂取エネルギーの 70% 以下にする。

問題 46 消化器疾患についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) クロウン病は、壮年期から高齢期にかけて多発する疾患である。
- (2) 胆石症による黄疸（閉塞性黄疸）の出現時には、脂肪を制限する。
- (3) 胃潰瘍では、空腹時の痛みが特徴的である。
- (4) 肝硬変では、食物繊維を制限する。
- (5) 慢性膵炎では、たんぱく質を制限する。

問題 47 栄養補給法についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 治療食は、一般治療食と特別治療食に大別される。
- (2) 経腸栄養法には、経口栄養法と経管栄養法がある。
- (3) 経腸栄養剤を投与すると、便秘を起ししやすい。
- (4) 経管栄養法の投与ルートには、経鼻^{けいび}、胃瘻^{いろう}、腸瘻^{ちょうろう}がある。
- (5) 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。

問題 48 腎臓の疾患についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) ネフローゼ症候群では、多量のたんぱく尿がみられる。
- (2) 急性糸球体腎炎の食事療法は、低脂肪食が基本である。
- (3) 腎臓病の食品交換表の 1 単位は、たんぱく質 5g である。
- (4) 慢性腎不全の高カリウム血症では、生野菜や果物の摂取をすすめる。
- (5) 血液透析療法では、飲水の制限を必要としない。

問題 49 各疾患についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 食物アレルギーの診断では、血液中の IgE 抗体を測定する。
- (2) 骨粗鬆症の食事療法は、カルシウムの充足が重要である。
- (3) 鉄欠乏性貧血では、鉄の吸収を促進するビタミンDが必要である。
- (4) 先天性代謝異常の早期発見に、新生児マススクリーニングが行われる。
- (5) 痛風は、血中の尿酸が増加して起こる病気で、関節に炎症を起こしやすい。

問題 50 糖尿病についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 糖尿病の三大合併症は、網膜症、腎症、神経障害である。
- (2) 血糖コントロールの指標には、血中アミラーゼ値が用いられる。
- (3) 糖尿病治療のための食品交換表は、100kcal を 1 単位としている。
- (4) 日本人においては、大部分が 1 型糖尿病である。
- (5) 運動療法によって、インスリン作用は抑制される。

問題 51 栄養指導の目標についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 子どもを対象とした栄養指導では、食品や料理の選び方、食べ方などを体験させるような食教育をする。
- (2) 高齢者を対象とした栄養指導では、QOL を高める食生活支援が大切である。
- (3) ゴミの減量、再利用、リサイクルの視点から、エコロジーに配慮した栄養指導も必要である。
- (4) 食生活は、時代とともに変化するので、伝統的な食文化を継承する必要はない。
- (5) 栄養士は、栄養・食生活に関する情報発信者として、正しい情報、必要な情報を提供する役割がある。

問題 52 食生活調査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. 自記式の食事調査は、いずれのライフステージにも使用できる方法である。
- b. 食物摂取頻度調査は、24 時間前の食事に出現する食品の頻度を調べる方法である。
- c. 秤量法ひょうによる食事調査は、直接食品または料理を秤はかりで計量するので精度が高い。
- d. 質問紙調査法には、個別に行う面接調査法や一斉に行う集団調査法などがある。

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

問題 53 学童期・思春期の栄養指導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. 学校給食は、学童期の栄養指導の媒体として活用できる。
- b. 国民健康・栄養調査結果では、朝食の欠食率が多いのは小学生である。
- c. この期の日常の食事は、家庭が中心であるため、外食や中食に対する指導は必要ない。
- d. 思春期の女子では、月経の有無により鉄の食事摂取基準の値が異なる。

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

問題 54 カウンセリングについての記述である。誤りはどれか。

- (1) カウンセリングは、言語を媒介とする援助である。
- (2) クライアントは、カウンセラーの指示に従わなければならない。
- (3) カウンセラーは、許容的・受容的態度が必要である。
- (4) カウンセリングは、カウンセラーとクライアントの相互関係である。
- (5) カウンセラーは、相談内容の秘密を保持しなければならない。

問題 55 栄養指導の方法と技術についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 栄養指導の方法には、個別指導、グループ指導、集団指導などの方法がある。
- (2) 集団指導計画の策定では、多くの対象者に共通する目標を設定する。
- (3) ワークショップやディベートフォーラムは、集団討議には適さない。
- (4) 個別指導は、個々に適した対応ができるため、行動変容につながる指導が行える。
- (5) 栄養指導を行う場合には、対象者の食生活状況のほか、運動や睡眠など、日常生活の状況把握が必要である。

問題 56 運動指導と休養指導についての記述である。誤りはどれか。

- (1) メッツは、身体活動の強さを安静時の何倍に相当するかを表す単位である。
- (2) 「健康づくりのための運動指針 2006」は、生活習慣病予防の観点から策定されている。
- (3) 最大酸素摂取量は、個人が摂取できる単位時間当たりの酸素摂取量の最大値である。
- (4) 疲労には、肉体的・身体的疲労と精神的疲労があるが、いずれも筋肉の疲労である。
- (5) 消極的休養の方法には、入浴、マッサージ、睡眠などがあり、積極的休養には、スポーツやレクリエーションなどがある。

問題 57 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・栄養調査員は、医師、管理栄養士、保健師などから厚生労働大臣が任命する。
- (2) 国民健康・栄養調査結果から 40～74 歳のメタボリックシンドロームが強く疑われる者は、男性より女性が多く、2人に1人に及ぶ。
- (3) 国民健康・栄養調査結果による朝食の欠食率は、男子の 15～16 歳が最も高い。
- (4) 国民健康・栄養調査は、身体状況と栄養摂取状況の調査で構成されている。
- (5) 国民健康・栄養調査に指定された調査世帯は、当該調査の実施に協力しなければならない。

問題 58 栄養士法についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 栄養士とは、給食の運営に従事することを業とする者をいう。
- (2) 栄養士免許は、都道府県知事が交付する。
- (3) 栄養士資格の取得には、養成施設卒業と栄養士国家試験に合格する方法とがある。
- (4) 2年制の栄養士養成施設卒業者は、2年間の実務経験により、管理栄養士国家試験の受験資格が与えられる。
- (5) 栄養士が住所変更した場合には、都道府県知事に届け出る。

問題 59 栄養士法に規定されている栄養士について記述である。正しいのはどれか。

- (1) 就業届に関すること。
- (2) 業務独占に関すること。
- (3) 名称の独占に関すること。
- (4) 守秘義務に関すること。
- (5) 傷病者の栄養指導に関すること。

問題 60 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) 食事バランスガイドは、厚生労働省・文部科学省・農林水産省の3省により策定されている。
- (2) 食生活指針を具体的に示したもので、何をどれだけ食べたらよいか分かる。
- (3) イラストはコマの形をしており、上から主食、副菜、主菜の順に並べ、牛乳・乳製品と果物は、並列になっている。
- (4) 主食の1つ(SV)は、おにぎりなら1個・ご飯茶碗なら小盛り1杯(100g)を示している。
- (5) コマは回転していないと倒れてしまうので、回転を運動ととらえて、欠かせないものとしている。

問題 61 「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) 健康な個人または集団の大部分および生活習慣病の予備段階にある人を対象としている。
- (2) 欠乏症のみでなく、生活習慣病の予防並びに過剰摂取による健康障害にも対応している。
- (3) 栄養素の「真」の望ましい摂取量は、測定することができるという基本的な考え方に基づいている。
- (4) エネルギーは 1 種類、栄養素には推定平均必要量など 5 種類の指標がある。
- (5) 習慣的な摂取量の基準を示しており、短時間（例えば 1 日）の食事を基準とするものではない。

問題 62 わが国の食料自給率についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) カロリーベースによる食料自給率は、70% を上回っている。
- (2) 鶏卵の重量ベースの自給率は、90% を上回っている。
- (3) 米のカロリーベース自給率は、70% を下回っている。
- (4) 日本の食料自給率（カロリーベース）は、イギリスと類似している。
- (5) 平成 27 年度の食料自給率目標は、カロリーベースで 70% と設定されている。

問題 63 加熱調理についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 蒸し加熱は、水蒸気の放射熱を利用して食品を加熱する方法である。
- (2) 電子レンジ加熱では、マイクロ波を反射するものが加熱される。
- (3) 電磁調理器は、鍋自体が発熱するので熱効率は低い。
- (4) 加熱操作の焼くと煮るでは、焼く方が食品の表面と内部の温度差が小さい。
- (5) 煮物では、落としぶたを用いると、調味料が平均的に浸透する。

問題 64 油脂を用いた調理についての記述である。誤りはどれか。

- (1) サラダ油、食酢、卵と調味料を用いて、よくかく拌することでマヨネーズができる。
- (2) サンドイッチにバターを塗るのは、はさんだ食品の水分がパンに移るのを防ぐためである。
- (3) 揚げ操作は、液体の油脂を熱媒体とする湿式加熱である。
- (4) クッキーでは、固体脂を多く用いると、さくさく感が強いものになる。
- (5) バターには、かく拌すると空気を抱き込む性質、クリーミング性がある。

問題 65 食塩の調理性についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 果物の褐変は、食塩水につけることで促進する。
- (2) 野菜に振り塩をしておく、浸透圧により水分が保持される。
- (3) 小麦粉のドウは、食塩を加えるとグルテン形成が抑制される。
- (4) 魚肉に 1% 程度の食塩を加えてよく摺ると、粘りが出てくる。
- (5) 食塩は、希釈卵液の加熱ゲルの硬さを低下させる。

問題 66 特定給食施設における栄養管理の基準についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 利用者の身体状況などを定期的に把握する。
- (2) 栄養管理された食事の提供をすれば、残食・残菜量の把握は必要ない。
- (3) 献立表の掲示並びに主な栄養成分の表示などにより、利用者に対して栄養に関する情報提供を行う。
- (4) 献立表、その他必要な帳簿などを適正に作成し、当該施設に備えつける。
- (5) 選択食の場合は、モデル的な料理の組み合わせを提示するように努める。

問題 67 給食における献立の役割と条件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. 献立は、給食の運営計画書としての役割を持っている。
- b. 献立には、栄養教育の生きた教材としての役割はない。
- c. 献立は、給与栄養目標量を満たしていればよい。
- d. 献立は、施設の条件下で、時間内に調理が可能なものでなければならない。

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

問題 68 食材料の加熱および保管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. 加熱調理食品の中心温度は、75℃ 1分以上とする（ノロウイルス汚染のおそれのある食品を除く）。
- b. 加熱後、食品の冷却は、30分以内に開始すればよい。
- c. 調理後、供食までの時間は2時間以内が望ましい。
- d. 食中毒菌の増殖を抑制するために、冷製食品は10℃以下、加熱調理食品は75℃以上の温度で管理する。

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

問題 69 食材料の購入業者の選定条件についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 指定した日時より、早めに配送すること。
- (2) 発注した食材料の品揃えができること。
- (3) 品質のよい食材料が、適正価格で購入できること。
- (4) 店舗の従業員の衛生管理が、行き届いていること。
- (5) 販売実績があり、健全な経営内容で、社会的な信用度が高いこと。

問題 70 給食管理における生産工程、作業区域、設備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. 食品の保管 ————— 汚染作業区域 ————— コールドテーブル
- b. 下処理 ————— 汚染作業区域 ————— ピーラー
- c. 主調理 ————— 非汚染作業区域 ————— フライヤー
- d. 食器洗浄 ————— 非汚染作業区域 ————— 食器洗浄機

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

問題 71 食材管理についての記述である。誤りはどれか。

- (1) 指名競争入札方式は、価格変動の少ない食材を、大量に購入する場合に用いる。
- (2) 随意契約方式は、常備（備蓄）食品の購入に用いられることが多い。
- (3) 相見積り契約方式は、購入予定の食材の見積りを、複数の業者に提出させて契約する。
- (4) 常備食材を管理する場合は、先入れ先出し法によって行う。
- (5) 発注量は、純使用量に発注換算係数を乗じて、さらに食数を乗じる。

問題 72 高齢者を対象とした給食の栄養計画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、入所者の体重の平均値を用いて、目標量を設定する。
- (2) たんぱく質目標量の上限は、エネルギー比率で 20% 未満とする。
- (3) 食物繊維は、1,000kcal 当たり 15mg とする。
- (4) 潜在的鉄欠乏を予防するために、鉄は 1 日当たり 15mg とする。
- (5) 個々人の栄養状態の評価に基づき、栄養・食事計画を行う。