

平成 15 年度石川県保育士試験問題

小児栄養(その1)

[解答は全て解答用紙に記入すること。]

1 栄養素の機能についての記述である。誤っているものを1つ選び、その記号を で囲みなさい。

- a 体成分中、最も含量の多いのは水分であり、含量の最も変動しやすいのは脂肪である。
- b たんぱく質は、体構成成分として重要であるが、エネルギー源ともなる。
- c 炭水化物は、筋肉や肝臓中にグリコーゲンとして含まれる。
- d ビタミンのなかには、エネルギー発生過程に必要なものがある。
- e ミネラルは体構成成分となるほか、エネルギー源でもある。

2 たんぱく質についての記述である。正しいものに を、誤っているものには x を記入しなさい。

- a たんぱく質の栄養価は生物価によって求められる。
- b 必要量以上に摂取されたたんぱく質は筋肉に蓄えられる。
- c 体たんぱく質の合成には、必須アミノ酸も非必須アミノ酸も必要である。
- d 肉、魚、卵などの動物性たんぱく質の消化吸収率は90%以上である。
- e 米の第1制限アミノ酸はトリプトファンである。

3 脂質栄養に関するA群と最も関係の深いものをB群から選び、その記号を記入しなさい。

A群	B群
(1) 効率的エネルギー源	a カロテン、ビタミンE
(2) トリグリセライド	b 血小板凝集能
(3) 魚油	c 4 : 5 : 1
(4) 脂肪摂取割合 (動物性と植物性と魚類由来)	d 約9 kcal/g
(5) n - 3系多価不飽和脂肪酸	e グリセリンと脂肪酸のエステル
(6) 必須脂肪酸	f 生体膜の構成成分
(7) 抗酸化物質	g 胆汁酸・V.Dの材料
(8) リン脂質、糖脂質	h 肥満
(9) 脂肪の過剰摂取	i アラキドン酸、リノレン酸
(10) コレステロール	j 多価不飽和脂肪酸

受験番号

平成 15 年度石川県保育士試験問題

小 児 栄 養 (その 2)

- 4 食物繊維の主な働き（作用）を簡単にまとめなさい。
- 5 乳幼児期の栄養についての記述である。正しいものを1つ選び、その記号を で囲みなさい。
- a 母乳には乳糖が多く、牛乳にはグルコースが多い。
 - b たんぱく質は、牛乳中には母乳のおよそ3倍含まれており、とくにカゼインが多い。
 - c 母乳、牛乳とも不飽和脂肪酸はほとんど含まれていない。
 - d フォローアップミルクは生後5ヶ月頃から使用するミルクである。
 - e 幼児期のおやつは補助食として必要であり、1日2回与え1回の分量はだいたい1日の所要エネルギーの20%とする。
 - f 母乳栄養児は、1日総エネルギー量の約30%は脂肪からである。
 - g 離乳は生後3ヶ月頃に開始し、満1歳までに完了するのが望ましい。
 - h 離乳の目的は、母乳から牛乳または育児用ミルクに移行することである。
 - i はちみつは、乳児の効率的エネルギー源として用いる。
 - j 乳児ビタミンK欠乏性出血症は、人工栄養児によくみられる。
 - k 母乳の鉄含有量は乳児の栄養所要量を満たすのに十分な量である。
- 6 育児用粉乳に関する以下の語句を簡単に説明しなさい。
- a 成分組成上の特徴
 - ・たんぱく質
 - ・脂質
 - ・無機質
 - b 使用上の特徴
 - ・単品調乳
 - ・単一処方
- 7 次の語句を簡単に説明しなさい。
- a ベビーフード
 - b 食物アレルギー

受 験 番 号

平成 15 年度石川県保育士試験問題

小 児 栄 養 (その 3)

8 幼児期および学童期の栄養・食生活に関する記述である。正しいものには○を、誤っているものには×を記入しなさい。

- a 経験性偏食は、以前にその食品でじんま疹などが出たために、その食品を食べなくなることをいう。
- b この時期における体重あたりのたんぱく質所要量は、男女とも13～15歳で最大値を示す。
- c 学校給食には、完全給食とミルク給食の2種類がある。
- d 保育所給食では昼食およびおやつで1日の栄養所要量の40～50%を給与することとしている。
- e 幼児は細菌感染に対する抵抗力がまだ不十分であるので、調理は衛生的に行うことが必要である。

9 食品群、栄養素、健康に関する組み合わせである。誤っているものを1つで囲みなさい。

- a 青魚 E P A、D H A 血小板凝集抑制
- b 緑黄色野菜 ビタミンC 暗順応
- c 乳・乳製品 カルシウム 骨・歯の形成
- d 果実類 カリウム 血压調整
- e いも類 食物繊維 整腸作用

10 幼児期にみられる食生活上の問題「食欲不振」につき、以下について説明しなさい。

- a 原因
- b 対策

受験番号