

平成 12 年度石川県保育士試験問題

栄養学及び実習（その 1）

1 栄養素に関する記述である。正しいものには○印を、誤っているものには×印を（ ）内に記入しなさい。

- () (1) ビタミン A、C、E は、いずれも脂溶性ビタミンである。
- () (2) 膵液中には、たんぱく質分解酵素トリプシンが含まれる。
- () (3) 無機質は、体成分の約 5% で、最も多いのはリンである。
- () (4) 糖質は、筋肉や肝臓中にグリコーゲンとして含まれる。
- () (5) たんぱく質のアミノ酸組成は、その栄養価を決定する要因である。
- () (6) 水の機能に、体温調節作用がある。
- () (7) 食物繊維は、大腸がんの予防に役立つ。
- () (8) カルシウムは、骨や歯の構成成分である。
- () (9) ブドウ糖は、エネルギー源として 1 g あたり約 2 kcal を発生する。
- () (10) ヨードは、う歯の予防に効果がある。

2 脂質栄養に関する記述である。A 群と最も関係の深いものを B 群から選び、その記号を（ ）内に記入しなさい。

- | A 群 | B 群 |
|----------------------|-----------------------------|
| () (1) 効率的エネルギー源 | (a) ビタミン E・β-カロテン |
| () (2) トリグリセライド | (b) 血栓症の予防 |
| () (3) 魚油 | (c) α-リノレン酸・DHA |
| () (4) 一価不飽和脂肪酸 | (d) 約 9 kcal/g |
| () (5) n-3 系脂肪酸 | (e) グリセリンと脂肪酸のエステル |
| () (6) 必須脂肪酸 | (f) 飽和脂肪酸 |
| () (7) 抗酸化物質 | (g) 胆汁酸・VD ₃ の材料 |
| () (8) ドコサヘキサエン酸 | (h) オレイン酸 |
| () (9) 動物性脂肪（魚油を除く） | (i) アラキドン酸 |
| () (10) コレステロール | (j) 多価不飽和脂肪酸 |

3 鉄の機能に関する文章である。それぞれ最も適当な語句を下から選んで 内にその記号を入れなさい。

- (1) ヘモグロビン鉄は、 の運搬に働いている。
- (2) ミオグロビン鉄は、 での酸素の貯蔵所として働いている。
- (3) 酵素鉄（チトクローム、カタラーゼなど）は、生体内の に働いている。
- (4) 血清鉄は、鉄を する働きをしている。
- (5) 貯蔵鉄は、フェリチンとして肝臓、、骨ずいに含まれる。

- | | | | | |
|---------|--------|--------|----------|--------|
| (ア) 肺 | (イ) 筋肉 | (ウ) 酸素 | (エ) 酸化反応 | (オ) ゆ送 |
| (カ) 赤血球 | (キ) 腎臓 | (ク) 貯蔵 | (ケ) 脾臓 | |

受験番号

平成 12 年度石川県保育士試験問題

栄養学及び実習（その 2）

4 冷凍母乳を使用する場合の留意点を述べなさい。

5 第 6 次改定の日本人の栄養所要量に関する記述である。文中 の中に適当な語句を下から選び、その記号を記入しなさい。

- (1) 過剰摂取による健康障害を予防する観点から、栄養素摂取量等の最大限の量を とした。
- (2) 乳児のエネルギー所要量は、健康な乳児が摂取する から推定する。
- (3) 食物繊維については、目標量として、幼児期では あたり 10 g を目安とした。
- (4) 乳児期（0～5 か月児）のたんぱく質所要量は、 のたんぱく質摂取の実態を基礎に算出された。
- (5) 幼児期（3～5 歳）の貧血を防止するため、鉄 と、鉄保留量からの必要量を基礎にした。

- | | | | | |
|---------------|-------------|-----------|---------------|------------|
| (ア) 人工栄養児 | (イ) 許容上限摂取量 | (ウ) 摂取量 | (エ) 消費量 | (オ) エネルギー量 |
| (カ) 1,000kcal | (キ) 適正量 | (ク) 母乳栄養児 | (ケ) 1,500kcal | (コ) 食事摂取基準 |

6 幼児期の食生活上の問題点のうち、以下について説明しなさい。

(1) 食欲不振

(2) 孤食

受験番号

受験番号

平成 12 年度石川県保育士試験問題

栄養学及び実習（その 3）

7 次の文章のうち、正しいものには○印を、誤っているものには×印を（ ）内に記入しなさい。

- () (1) 初乳は、成熟乳よりたんぱく質と無機質含量が少ない。
- () (2) 成熟乳は、乳児の腸内に乳酸菌の繁殖を促す作用がある。
- () (3) 人乳は、牛乳より乳糖が少ない。
- () (4) 育児用粉乳は、たんぱく質とくにカゼインを減じてある。
- () (5) フォローアップミルクは、育児用粉乳に比べ、たんぱく質と無機質が多く脂肪も多い。
- () (6) 離乳とは、乳汁栄養から幼児食に移行する過程をいう。
- () (7) 離乳の完了は、形のある食物をかみつぶすることができる状態ではあるが、栄養素摂取の大部分は未だ乳汁からである。
- () (8) 離乳食の味つけは、うす味を心がける。
- () (9) 1 回の授乳時間は、25～30分ぐらいが適当である。
- () (10) 母乳の分泌は、乳児の吸せつ刺激によるホルモンの作用による。

8 次の語句を簡単に説明しなさい。

(1) ベビーフード

(2) 食物アレルギー

受験番号

平成 12 年度石川県保育士試験問題

栄養学及び実習（その 4）

9 食品の栄養特性について、A 群の語句と最も関係の深いものを B 群からと、C 群から選んでその記号を（ ）内に記入しなさい。

B	C	A 群	B 群	C 群
()	・	(1) トマト	(a) でんぷん	(ア) カロチン
()	・	(2) 豚肉	(b) 食物繊維	(イ) 5'-グアニル酸
()	・	(3) 米	(c) 緑黄色野菜	(ウ) 麦芽糖
()	・	(4) さつまいも	(d) エルゴステロール	(エ) ブドウ糖
()	・	(5) きのこと	(e) ビタミン B ₁	(オ) リン脂質
()	・	(6) 卵黄	(f) ソラニン	(カ) ビタミン D
()	・	(7) ジャガイもの芽	(g) レシチン	(キ) カルシウム
()	・	(8) しいたけ	(h) ビタミン C	(ク) コレステロール
()	・	(9) 牛乳	(i) たんぱく質	(ケ) 不飽和脂肪酸
()	・	(10) 大豆	(j) ビタミン B ₂	(コ) 毒成分

10 加熱調理の特性を述べなさい。

受験番号

--