

平成14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 次は幼児期の栄養特性に関する記述である。誤っているものを1つ選び記号を○で囲みなさい。
 - a 活発な日常活動を維持するために必要な栄養量と発育に要する栄養量を考慮しなければならない。
 - b 咀嚼、消化吸収、代謝能力などは個人差が大きく、しかも未熟な時期である。
 - c 摂食行動の発達がみられ、スプーンなどを使用できるようになるが、食事の自立は形成されない。
 - d 自制心に乏しく、食事についても質、量ともにコントロールが困難で、食欲不振、偏食などに陥りやすい時期である。
 - e 食事の細菌汚染など感染に対する抵抗力が弱く、食品の衛生的取り扱いには十分注意が必要である。

- 2 次は栄養素の機能についての記述である。正しいものには○印を、誤っているものには×印を記入しなさい。
 - a 炭水化物は効率のよいエネルギー源で(9 kcal/g)成長期の子供には不可欠の栄養素である。
 - b 脂質は、脂溶性ビタミンの供給源となり、カロテンなども脂質とともに摂取すると吸収がよい。
 - c たんぱく質は、筋肉やホルモン、酵素などの構成材料となり、生命維持に重要な役割をしている。
 - d 無機質は、人体で合成することができず、体外から食物中の栄養素として取り入れなければならない。
 - e ビタミンは微量で体内代謝を調節し、生理機能を正常に維持する働きをする。
 - f カルシウムは骨や歯の構成成分となるほか、血液や筋肉などにも含まれる。
 - g レチノール(ビタミンA)は、水溶性ビタミンで過剰に摂取した場合は過剰症をおこす。
 - h 水は溶媒として物質の輸送、分泌、排泄や消化吸収などに重要な役割をもつ。
 - i コレステロールは、ステロイドホルモン生成の材料としても使われ、重要な物質であるが、一般には血中濃度は低ければ低い程良い。
 - j ビタミンCは水溶性で腸管からの鉄の吸収を助ける。

- 3 次は第六次改定栄養所要量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×印を記入しなさい。
 - a 乳児のエネルギー所要量は、健康な乳児が摂取するエネルギー量から推定している。
 - b 幼児期や学童期の食物繊維の目標摂取量は、100kcalあたり10gを目安とすればよい。
 - c 幼児期(3~5才)は、鉄の摂取量と保留量から鉄の所要量を算出した。
 - d 乳児(0~5か月児)のたんぱく質所要量は、母乳栄養児のたんぱく質の摂取実態から算定している。
 - e 妊婦、授乳婦については、増加するエネルギー量やたんぱく質などは付加量として示されている。

- 4 離乳食の役割について説明しなさい。

受験番号

平成14年度石川県保育士試験問題

小児栄養(その2)

- 5 次は人工乳の種類と特性に関する記述である。正しいものを1つ選び、記号を○で囲みなさい。
- a 乳児用調製粉乳は、母乳の代替品で、鉄やビタミンKを添加してある。
 - b 低体重出生児用粉乳は、乳児用調製粉乳に比べて脂肪が多い。
 - c フォローアップミルクは、使用開始月齢によって、6か月からのものと12か月からのものがある。
 - d ペプチドミルクは、未消化の牛乳脂質濃度を低減し、乳児の消化負担を軽くしたものである。
 - e 特殊用途粉乳には、乳糖不耐症用、大豆乳、低ナトリウム粉乳などがある。特に低ナトリウム粉乳は、ナトリウム含量を乳児用調製粉乳の約2分の1に減量したものである。
- 6 幼児期にとって間食は、成長のために大切であるというが、以下について簡略に述べなさい。
- A 必要性
- 1 栄養補給の観点から
 - 2 心理的観点から
- B 与え方
- 1 間食の量
 - 2 間食の回数
 - 3 間食の内容
- 7 次は学童期・思春期の栄養・食生活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×印を記入しなさい。
- a この時期の子ども達の問題に、欠食、孤食、食事時刻の乱れなどがある。
 - b 欠食が常習化することで、エネルギーや栄養素等の摂取不足による発育障害はみられるものの、知的面への影響はない。
 - c 不適切なダイエットは、エネルギーとたんぱく質の摂取不足を招く。
 - d 買い食いは、本人の好みを中心となるため、栄養素等摂取にアンバランスが生じやすい。
 - e 思春期女子にみられる鉄欠乏性貧血の予防には、栄養素摂取のバランス、特に鉄を十分に摂取する他、たんぱく質やビタミンCの補給も大切となる。
- 8 児童養護施設における食事の提供についての留意事項を簡略に述べなさい。

受験番号

平成14年度石川県保育士試験問題

小児栄養(その3)

- 9 近年「かめない子」「かまない子」が増加し、飲み込めなかったり、丸飲みしてしまうことが問題になっている。そこで咀嚼能力づくりのための次の文章の()内に下から記号を選んで記入しなさい。
- a 離乳期における(1)の与え方を、段階的かつ(2)進めることによって(3)の基本を獲得させる。
- b 幼児期も咀嚼(1)に応じた(2)でできるだけ多くの(3)を与えてよく(4)が(5)となるようにする。
- c そのためには(1)をとともにする家族の(2)にも配慮する。

ア 食品	イ 正しく	ウ 食習慣	エ 食卓	オ 離乳食	カ 発達段階	キ 食べ方
ク 咀嚼	ケ 調理形態	コ 噛むこと	サ 摂取量	シ 飲み込む		

- 10 妊娠後半期の食生活についてその要点を述べなさい。

受験番号

平成14年度石川県保育士試験解答用紙

小児栄養

1	a	b	c	d	e				
2	a		b		c		d	e	
	f		g		h		i	j	
3	a		b		c		d	e	
4									
5	a	b	c	d	e				
6	A 必要性		1 栄養補給の観点から						
			2 心理的観点から						
	B 与え方		1 間食の量						
			2 間食の回数						
			3 間食の内容						
	7	a		b		c		d	e
8									
9	a	1		2		3			
	b	1		2		3		4	5
	c	1		2					
10									

受験番号	得点