

問題1. 乳幼児期に対する保健対策のうち一次予防はどれか。

- (1) BCG 接種
- (2) 就学時健診
- (3) 1歳6ヵ月児健診
- (4) 先天性代謝異常等検査
- (5) B型肝炎キャリア母からの出生児に対するグロブリン投与

問題2. 放射線の被ばく線量限度を示すのに用いられている単位はどれか。

- (1) ベクレル(Bq)
- (2) キュリー(Ci)
- (3) グレイ(Gy)
- (4) レントゲン(R)
- (5) シーベルト(Sv)

問題3. がん(悪性新生物)に関する最近の人口動態統計について正しいのはどれか。

- (1) 年間死亡数は減っている。
- (2) 日本人の死因の第3位である。
- (3) 年齢調整死亡率は低下している。
- (4) 部位別では男女とも肺が最も多い。
- (5) 子宮がんの年齢調整死亡率は上昇している。

問題4. 特定保健用食品の判定に適切なのはどれか。

- (1) 記述疫学
- (2) 生態学的研究
- (3) 患者対照研究
- (4) 無作為化比較割付試験
- (5) 前向きコホート研究

問題5. 蚊が媒介する感染症はどれか。

- (1) コレラ
- (2) デング熱
- (3) 発疹チフス
- (4) ツツガムシ病
- (5) サルモネラ症

問題6. ヒトの細胞に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 細胞膜のリン脂質二重層は、リン酸の親水性部分は二重層の内側に分布している。
- (2) 核を構成する膜は、一重の単位膜である。
- (3) ミトコンドリアは、デオキシリボ核酸を含む。
- (4) 滑面小胞体は、リボソームの粒子が結合している。
- (5) 細胞膜のリン脂質は、たんぱく質と共有結合している。

問題 7. アミノ酸とタンパク質に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) グリシンは、光学異性体をもたないアミノ酸である。
- (2) 塩基性アミノ酸のリジン、アルギニンは、生理的 pH では負電荷をもつ。
- (3) たんぱく質の立体構造には、二重らせん構造がある。
- (4) たんぱく質の変性は、攪拌や熱では起こらない。
- (5) グルタチオンは生理活性をもつジペプチドである。

問題 8. 糖質の代謝に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 筋肉グリコーゲン、分解されて血糖として放出される。
- (2) 骨格筋で産生された乳酸は、肝臓に運ばれてグルコースになる。
- (3) 糖質からエネルギーを産生するには、脂溶性ビタミン群が必要である。
- (4) エネルギー摂取量が少ないと、たんぱく質の異化作用が低下する。
- (5) 肝臓グリコーゲンは、血糖維持に関与しない。

問題 9. 栄養素の消化と吸収に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 糖質の消化は、小腸管腔で完了する。
- (2) 胃のたんぱく質を分解する酵素は、活性型で分泌される。
- (3) たんぱく質の消化は、口腔内で始まる。
- (4) 長鎖脂肪酸は、小腸上皮細胞で再びトリアシルグリセロールになり吸収される。
- (5) フルクトースは、Na<sup>+</sup>との共輸送によって吸収される。

問題 10. ビタミンに関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) ビタミン B1 の欠乏症は、ペラグラである。
- (2) リボフラビンは、分子中にコバルトをもつ赤色のビタミンである。
- (3) ビタミン C の欠乏症は、脚気である。
- (4) ビタミン K が欠乏すると、血栓が形成されやすくなる。
- (5) ビタミン A の過剰摂取により、胎児奇形を起こす危険性がある。

問題 11. ミネラルに関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 亜鉛は、セロプラスミンの構成成分である。
- (2) 銅が欠乏すると、白血球の増加をきたす。
- (3) クロムが欠乏すると、耐糖能低下をきたす。
- (4) セレンは、スーパーオキシドジスムターゼの構成成分である。
- (5) 体内総鉄量の半分は、貯蔵鉄として存在する。

問題 12. エネルギー代謝に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 脂質の呼吸商は、糖質の呼吸商より大きい。
- (2) 呼気に排出される二酸化炭素は、主に解糖系で産生される。
- (3) 三大栄養素の中でたんぱく質は、単位重量当たりの生理的エネルギーが最も大きい。
- (4) 基礎代謝基準値(kcal/kg/日)は、20歳前後で最高に達する。
- (5) 二重標識水法では、エネルギー消費量を高い精度で測定することができる。

問題13. ヒトの体温についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 体温は、1日のうち明け方に最も高くなる。
- (2) 腋窩温は、直腸温よりも高い。
- (3) エネルギー代謝が亢進すると、体温は上昇する。
- (4) 食事誘発性熱産生により、食後の体温は低下する。
- (5) 体温調節中枢は、中脳にある。

問題14. 消化器系についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 小腸は、口側から順に十二指腸、回腸、空腸に分けられる。
- (2) 胆汁は、総胆管を通過して回腸に分泌される。
- (3) 胃液中の塩酸は、交感神経によって分泌が促進される。
- (4) 肝臓は、アルブミンを産生する。
- (5) 膵臓には、外分泌機能はない。

問題15. ホルモンとその分泌器官の組み合わせである。正しいのはどれか。

- (1) バソプレシン……下垂体前葉
- (2) アドレナリン……副甲状腺
- (3) パラトルモン……副腎皮質
- (4) カルシトニン……甲状腺
- (5) アルドステロン……副腎髄質

問題16. 循環器系についての記述である。正しいのはどれか。

- (1) 心臓の房室弁は、心臓の収縮期に開く。
- (2) 冠状動脈は、運動時に拡張する。
- (3) 成人における安静時の心拍出量は、約20リットル/分である。
- (4) 血管の内膜は、平滑筋を豊富に含んでいる。
- (5) 肝臓に注ぐ動脈を門脈という。

問題17. 感覚刺激が化学物質である感覚である。正しいのはどれか。

- (1) 視覚
- (2) 聴覚
- (3) 平衡覚
- (4) 触覚
- (5) 味覚

問題18. 健常人の原尿中にあり、尿中にはないものである。正しいのはどれか。

- (1) 赤血球
- (2) クレアチニン
- (3) ブドウ糖
- (4) IgG
- (5) ナトリウム

問題19. 呼吸器系についての記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 肺は2重の胸膜でおおわれている。
- (2) 気道は鼻腔、副鼻腔、咽頭、喉頭、気管、気管支からなる。
- (3) 肺は右肺と左肺に分かれていて、右肺の容積がやや大きい。
- (4) 縦隔内臓器には、肺、心臓、大動脈、大静脈、気管、食道などがある。
- (5) 右主気管支は左主気管支に比べると太い。

問題 20. 血液に関する記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 赤血球の寿命は 120 日である。
- (2) 好酸球、好塩基球はアレルギーに関与している。
- (3) 好中球は顆粒球の中で最も多いが、寿命は最も長く数か月である。
- (4) 血小板数は 15～35 万/ $\mu\text{l}$ で、止血に関与している。
- (5) 単球は血管外に出るとマクロファージとなって異物を捕食するが、抗原提示細胞としても働く。

問題 21. 泌尿器系についての記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 膀胱は 3 層の平滑筋でできた、実質器官である。
- (2) 膀胱の容量は 300～500ml であるが、150ml 程度たまると尿意を感じるようになる。
- (3) 排尿に関係する神経は、骨盤神経(副交感神経)、下腹神経(交感神経)、陰部神経(体性神経)である。
- (4) 通常 1 日の尿量は 1.5L 程度である。
- (5) 尿道は男性約 20cm、女性約 4cm で、女性の方が短い。

問題 22. 女性性周期に関するホルモンの記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 下垂体から卵胞刺激ホルモン(FSH)と黄体形成ホルモン(LH)が分泌される。
- (2) 女性ホルモンは、卵胞ホルモン(エストロゲン)と黄体ホルモン(プロゲステロン)である。
- (3) 卵胞ホルモン(エストロゲン)は子宮内膜を増殖させる。
- (4) 黄体形成ホルモン(LH)は排卵を促す。
- (5) 排卵後の黄体からプロラクチン、黄体ホルモン(プロゲステロン)が分泌される。

問題 23. 抗体を主に産生する細胞である。正しいのはどれか。

- (1) 好中球
- (2) リンパ球
- (3) 形質細胞
- (4) マクロファージ
- (5) 樹状細胞

問題 24. 脳死と判定するための必須項目である。誤っているのはどれか。

- (1) 対光反射の消失
- (2) 瞳孔の散大
- (3) 深昏睡
- (4) 心停止
- (5) 自発呼吸の消失

問題 25.胎盤を通過する免疫グロブリンである。正しいのはどれか。

- (1) IgA
- (2) IgD
- (3) IgM
- (4) IgE
- (5) IgG

問題 26. 添加物使用の表示が免除されないのはどれか。

- (1) オレンジの防かび剤
- (2) 小包装菓子の着色料
- (3) 食用油製造の n-ヘキサン
- (4) みかん缶詰製造の水酸化ナトリウム
- (5) つくだ煮製造原料のしょう油の保存料

問題 27. 食品衛生上問題となる有害物質についての組合せで正しいのはどれか。

- (1) フグ———アコニチン
- (2) トリカブト———テトロドトキシン
- (3) カビ———アフラトキシン
- (4) テングダケ———ベンゾ(a)ピレン
- (5) 焼き魚———イボテン酸

問題 28. 「日本食品標準成分表 2010」に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 厚生労働省が調査して公表している。
- (2) ビタミン D は、効力を国際単位(IU)で表示されている。
- (3) 収載食品数は、2,000 食品を超えている。
- (4) アルコールのエネルギー換算係数として 7.1kcal/g を適用している。
- (5) 無機質の成分項目として、マンガンは収載されていない。

問題 29. 旨味成分とその含有食品の組み合わせである。正しいのはどれか。2つ選べ。

- (1) ビール — 苦味 — フムロン
- (2) チョコレート — 甘味 — テオブロミン
- (3) いか — 甘味 — カプサイシン
- (4) 緑茶 — 旨味 — テアニン
- (5) グレープフルーツ — 苦味 — ヘスペリジン

問題 30. 揚げ物に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 油脂を用いた湿式加熱法の一つである。
- (2) 揚げ油中での食品の加熱はおもに対流熱である。
- (3) 油の比熱は水の約3倍と大きい。
- (4) 天ぷらでは、油と衣中の水分の交代は起こらない。
- (5) 揚げ物の吸油率は、衣揚げで 30～35%である。

問題 31. 小麦粉の調理に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) ルウの調理では、160℃で加熱してもデキストリンは生じない。
- (2) ドウをねかす時間を長くするほど、伸張抵抗が減少する。
- (3) 砂糖は、グルテン形成を促進する。
- (4) グルテンの形成は、低温で促進される。
- (5) 小麦粉に約 100%の水を加えてこねたものをドウという。

問題 32. 加熱調理器具に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 電磁調理器による調理では、食品内部から熱が発生する。
- (2) 電子レンジで加熱したとき、塩分を含む食品は表面が高温になりやすい。
- (3) ほうろろ鍋は、電磁調理器では使えない。
- (4) ステンレスは、鉄よりも熱伝導率が高い。
- (5) 鍋の伝導率は、銅、ほうろろ、耐熱ガラスの順で低い。

問題 33. 食肉の調理に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 食肉をしょうが汁に漬けると、リパーゼの作用で肉が軟化する。
- (2) 食肉を油通しすると、肉汁が保持されやすくなる。
- (3) 食肉をワインに漬けると、肉は硬くなる。
- (4) ひき肉の結着性を増加させるために、砂糖を加える。
- (5) 食肉を 5%の食塩水に漬けると、肉の保水性が増す。

問題 34. 特別用途食品に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 嚥下困難者用食品には、許可基準はない。
- (2) 特別用途食品の表示には、疾病の予防に適するという表示が許可されている。
- (3) 低たんぱく食品は、病者用食品の一つである。
- (4) 特別用途食品は、食品衛生法に定められている。
- (5) 乳児用調製粉乳の表示は、国の許可が不要である。

問題 35. 栄養機能食品に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) ヨウ素は栄養機能食品として栄養表示ができる。
- (2) 栄養機能食品として表示できるミネラルは3種類、ビタミンは 10 種類である。
- (3) 栄養機能食品は国による個別審査を受けた食品である。
- (4) 葉酸は栄養機能食品として表示ができない。
- (5) カルシウムは「骨や歯の形成に必要な栄養素」と表示できる。

問題 36. 妊娠期の栄養に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 妊娠中の体重増加は一律に抑制すべきである。
- (2) ビタミン B12 不足により、神経管閉鎖障害(二分脊椎など)を起こす危険性がある。
- (3) 妊婦の貧血には、葉酸の欠乏は認められない。
- (4) 食事摂取基準(2010 年度版)では、妊娠中のカルシウム付加量は 300mg/日である。
- (5) レチノールの過剰摂取は、胎児奇形を起こす可能性が高い。

問題 37. 幼児期に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 貧血の原因として鉄欠乏は少ない。
- (2) カウプ指数による肥満判定基準に男女差はない。
- (3) 3～5 歳児の間食からのエネルギー摂取は 30～40%が適当である。
- (4) 成人に比べて脱水症状を起こしにくい。
- (5) 頭位は胸囲に比べて栄養状態の影響を受けやすい。

問題 38. 成人期から高齢期にかけての加齢に伴う身体変化に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 細胞内液に比べ、細胞外液の減少が著しい。
- (2) 心臓は、他の臓器に比べて臓器重量の減少が著しい。
- (3) 角膜の混濁により、白内障が生じる。
- (4) 収縮期血圧は低下する。
- (5) 塩味の味覚閾値の変化は、甘味の味覚閾値の変化より大きい。

問題 39. 糖尿病に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 糖尿病はインスリンの分泌不足による糖質の代謝異常である。
- (2) 成人糖尿病の 85%が 2 型糖尿病である。
- (3) 糖尿病特有の三大合併症は神経障害、網膜症、脂質異常症である。
- (4) 空腹時血糖値は 100mg/dl 以上とされている。
- (5) 砂糖は 1 日 6g(小さじすり切り 2 杯)までの使用にする。

問題 40. 高血圧症の非薬物療法に関する記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 適正体重の維持
- (2) 減塩
- (3) 運動療法
- (4) 野菜、果物の摂取制限
- (5) 減酒、禁煙

問題 41. 脂質異常症に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) LDL コレステロールや HDL コレステロールが増加し、トリグリセライドが減少した状態をいう。
- (2) 喫煙は脂質異常症の治療における冠動脈疾患にならないための主要危険因子である。
- (3) 脂肪は総摂取エネルギーの 20%以下にする。
- (4) コレステロールは 1 日 200mg 以下にする。
- (5) 食物繊維は 1,000kcal あたり 10g にする。

問題 42. 慢性腎不全に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) クレアチンクリアランスは 30ml/分以下になる。
- (2) 低カリウム血症がみられる。
- (3) 高血圧は最もよく見られる合併症であるが、貧血はほとんどみられない。
- (4) エネルギー摂取量は標準体重の 25kcal/kg/日とする。
- (5) たんぱく質摂取量は 1.0g/kg とする。

問題 43. 鉄欠乏性貧血に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 女性に特有の疾患である。
- (2) 男性は女性よりも多くの鉄を摂取しなければならない。
- (3) レバー、肉などはヘム鉄が多く含まれている。
- (4) 酢酸は鉄と結合して鉄の吸収を妨げるので、食事中は控える。
- (5) 胃酸の分泌を高めるかんきつ類、梅干などは摂取を控える。

問題 44. 心臓病に関する記述である。誤っているのはどれか。

- (1) うっ血性心不全の食事療法の中心は塩分と水分の摂取制限である。
- (2) 肥満者は標準体重まで下げる。
- (3) カリウム、ナトリウムやほかの無機質も十分に摂取する。
- (4) 狭心症は冠状動脈が動脈硬化や血栓により狭窄または、閉塞したために生じる。
- (5) 心臓病を発症した場合、禁酒、禁煙である。

問題 45. 栄養に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) マラスマスはたんぱく質、エネルギー不足によって発症する。
- (2) 唾液アミラーゼは脂肪を分解する。
- (3) 胃の中で大部分の栄養が吸収される。
- (4) クワシオコールはたんぱく質、エネルギー不足によって発症する。
- (5) 便秘には水分と食物繊維はとらない方がよい。

問題 46. 次の文章は、特定給食施設に関する記述である。( )に入る数値の組み合わせとして、正しいのはどれか。

特定給食施設とは、継続的に1回( a )食以上又は1日( b )食以上の食を提供する施設をいう。

- (1) a:100-----b:250
- (2) a:100-----b:300
- (3) a:250-----b:750
- (4) a:300-----b:750
- (5) a:500-----b:1500

問題 47. 回転釜を用いて行う大量調理に関する記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 炒め物は1回あたりの食材投入量が多いほど仕上がりが悪い。
- (2) 野菜を茹でる場合、沸騰水に投入する食材の付着水量が加熱速度に影響する。
- (3) 汁物の加熱中の水分蒸発率は少量調理に比べて高い。
- (4) 煮物の加水(だし)の割合は、少量調理に比べて少なく設定する。
- (5) 煮物の加熱後の余熱は少量調理に比べて大きい。



問題 48. 「大量調理施設衛生管理マニュアル」における、二枚貝等ノロウイルス汚染の恐れがある食品の加熱調理時の温度管理の基準である。正しいのはどれか。

- (1) 中心部が 65℃で 1 分間以上
- (2) 中心部が 75℃で 1 分間以上
- (3) 中心部が 75℃で 3 分間以上
- (4) 中心部が 85℃で 1 分間以上
- (5) 中心部が 85℃で 3 分間以上

問題 49. 給食管理における生産工程、作業区域、設備の組合せである。正しいのはどれか。

- (1) 原材料の保管-----汚染作業区域-----ブラストチラー
- (2) 下処理-----汚染作業区域-----回転釜
- (3) 主調理-----準清潔作業区域-----真空冷却機
- (4) 盛り付け-----清潔作業区域-----ウォーマーテーブル
- (5) 下膳-----汚染作業区域-----ウォーターチラー

問題 50. 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) 地域保健法に基づいて実施されている。
- (2) 調査時期は毎年 6 月である。
- (3) 身体状況調査の腹囲測定は、40 歳以上が対象である。
- (4) 栄養摂取量の把握には、3 日間の食事記録法が用いられる。
- (5) 生活習慣調査は、留め置き法による自記式質問紙調査が実施される。

問題 51. 各種栄養調査法の短所に関する記述である。誤った組み合わせはどれか。

- (1) 食事記録法—対象者の負担が大きい。
- (2) 24 時間思い出し法—1 日の調査では個人の習慣的な摂取量の推定はできない。
- (3) 目安量法—摂取量の正確性は高くない。
- (4) 食物摂取頻度調査法—調査自体が対象者の食事に影響を与える可能性がある。
- (5) 陰膳法—調査にコストがかかる。

問題 52. 日本人の食事摂取基準(2010 年版)を集団の食事改善に用いる場合に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 栄養素の摂取不足の評価に用いる指標は、推奨量あるいは目安量である。
- (2) 測定された摂取量の平均値が推奨量を超えるような計画を立案する。
- (3) エネルギーの過不足の評価に用いるのはエネルギー摂取量である。
- (4) 栄養素過剰摂取改善の場合、集団全員の摂取量が耐容上限量未満になるような計画を速やかに実施する必要がある。
- (5) 生活習慣病の一次予防を目的とした評価に用いるのは目安量である。

問題 53. 食生活指針(2000 年策定)の項目に関する記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 健康の保持・増進の立場から、食塩や脂肪を控えめにすることを勧めている。
- (2) 食料政策の立場から、食料の無駄や廃棄を少なくすることを勧めている。
- (3) 健康の保持・増進の立場から、1 日 30 食品を使う食事を勧めている。
- (4) 食料政策の立場から、地域の産物や旬の素材を使うことを勧めている。
- (5) 健康の保持・増進の立場から、適正体重を知ることを勧めている。

問題 54. 栄養士法に関する記述である。誤っているのはどれか。

- (1) 栄養士・管理栄養士の名称独占について規定されている。
- (2) 管理栄養士の国家試験の受験資格に関することが規定されている。
- (3) 栄養士は、傷病者に対する療養のため必要な栄養の指導を行う、とある。
- (4) 栄養士免許は都道府県知事が与える、とある。
- (5) 管理栄養士免許は厚生労働大臣が与える、とある。

問題 55. 栄養教育(栄養の指導)を実施する際に用いる教材に関する問題である。教材区分(種類)と教材名の組み合わせが正しいのはどれか。

- (1) 印刷教材・・・OHP
- (2) 掲示教材・・・リーフレット
- (3) 映像教材・・・卓上メモ
- (4) 演示教材・・・エプロンシアター
- (5) 通信教材・・・パネル

問題 56. 栄養教育(栄養の指導)や食育に関する事柄についてである。誤っているのはどれか。

- (1) 食事バランスガイドは、厚生労働省と文部科学省が公表した。
- (2) 日本食品標準成分表は、文部科学省が出している。
- (3) 2005年に栄養教諭制度が開始された。
- (4) 食育推進基本計画は内閣府が公表している。
- (5) 特定健康診査特定保健指導では、受診者を情報提供、動機付け支援、積極的支援に分けて行っている。

問題 57. 栄養教育(栄養の指導)の学習形態とその学習方法に関する記述である。組み合わせで誤っているのはどれか。

- (1) 講義形式-----シンポジウム
- (2) 討論形式-----カウンセリング
- (3) 討議形式-----フォーラム
- (4) 講義形式-----講演
- (5) 自己学習形式-----eラーニング

問題 58. ライフステージ別の栄養教育(栄養の指導)において、各ライフステージでの課題や栄養教育のポイントとして異なっている組み合わせはどれか。

- (1) 妊娠期----塩分の摂り過ぎへの注意
- (2) 幼児期----偏食や食物アレルギー
- (3) 高齢期----消化機能低下による便秘や下痢
- (4) 授乳期----食事制限による貧血
- (5) 学童期----夜型の生活習慣による夕食時刻の遅延や朝食欠食

問題 59. 運動選手が筋グリコーゲンを再補充するために摂取する食事である。正しいのはどれか。

- (1) 高脂肪食
- (2) 高炭水化物食
- (3) 高たんぱく質食
- (4) 高ナトリウム食
- (5) 高食物繊維食

問題 60. 熱中症の際に生じる変化に関する記述である。正しいのはどれか。

- (1) 運動能力の向上
- (2) 細胞内への水分の移行
- (3) 尿量の増加
- (4) 体温の低下
- (5) 循環血液量の減少