

練習問題 解答

2023年6月

1 章

1 正解(3)

2 正解(4)

3 正解(4)

【解説】

(1) 幼児の体格判定に用いるのはカウプ指数である。ローレル指数は児童に用いる。

(2) 上腕三頭筋部皮下脂肪厚(TSF)は、全身の体脂肪量の推定に用いる。

(3) 上腕筋囲長(AMC)は、貯蔵たんぱく質量の推定に用いる。

4 正解(2)と(4)

【解説】

(1) 尿中クレアチニン量は、骨格筋量を反映する。

(3) 血清アブミンは、血液中に最も存在するたんぱく質であり、血清総たんぱくの約60%を占める。

5 正解(3)

【解説】

(1) グリコヘモグロビン(HbA1c)は、過去1~2か月の平均血糖値を反映する指標であり、採血直前の食事の影響を受けない。

(2) 運動習慣の有無や程度は、食生活に関連する事項である。

(4) 体重の増減は栄養状態をあらわす有用な要素であり、体重減少率などが用いられる。

6 正解(3)

【解説】

(1) 対象者のレディネスの有無は、対象者の学習の習得に大きく影響するので考慮する必要がある。

(2) 栄養アセスメントで抽出された課題の中から、優先順位をつけて計画を立てる。

(4) 栄養補給計画は、対象者の状況を見ながら適宜変更する。

7 正解(2)と(4)

【解説】

(1) 栄養教育の目的は、QOL(生活の質)を向上することである。

(3) 栄養ケア計画は他の職種と連携して行うことが重要である。

2 章

1 正解 (2)と(3)

【解説】

- (1) サプリメントは耐容上限量については、摂取源として対象になる。
- (4) 健康な個人および集団以外も対象者とする。

2 正解 (2), (3), (4)

【解説】

- (1) 高齢者の低栄養予防やフレイル予防も考慮する。

3 正解 (1)と(4)

【解説】

- (2) 使用期間は2020（令和2）年度から2024（令和6）年度の5年間である。
- (3) 健康寿命の延伸を目的としている。

4 正解 (3)と(4)

【解説】

- (1) 20.0～24.9 (kg/m²) である。
- (2) +250 kcal/日である。

5 正解 (1)と(2)

【解説】

- (3) 推定平均必要量を下回る者の割合を算出する。
- (4) PDCA サイクルに基づいて進め、必要に応じて見直す。

3 章

1 正解 (5)

【解説】

- (1) 低下する。
- (2) 上がらないように調節されている。
- (3) 増加する。
- (4) 胎児の造血に鉄が必要になるため、見かけ上の貧血になりやすい。

2 正解 (1)

【解説】

- (2) +450 kcal/日である。
- (3) +9.5 mg/日
- (4) たんぱく質の推奨量は25g/日である。

3 正解 (1)

【解説】

- (2) $240\mu\text{g}/\text{日}$
- (3) 推定平均必要量は+60, 推奨量は+80
- (4) 付加量はない.

4 正解 (3)

【解説】

- (1) 増加する.
- (2) 亢進する.
- (4) ビタミン B₁ の不足でおこる.

5 正解 (1)と(2)

【解説】

- (3) つながる.
- (4) 脂質異常症の原因となる.

6 正解 (2)

【解説】

- (1) +50 kcal/日である.
- (3) +400 $\mu\text{g}/\text{日}$ (プテロイルモノグルタミン酸)
- (4) 3000 $\mu\text{gRE}/\text{日}$ 以上. ただし, 成人と同じ 2700 $\mu\text{gRE}/\text{日}$ 以上を参考とする.
- (5) 胎盤機能が低下している場合, カルシウムの付加量は必要になる.

7 正解 (1)と(5)

【解説】

- (2) 高める
- (3) ビタミン D は骨代謝に関与する脂溶性のビタミン. 造血作用は, たんぱく質, ビタミン B₁₂, ビタミン C などが関与する.
- (4) 6.5g 未満であり, 5~6g/日である必要はない.

8 正解 (1)

【解説】

- (2) オキシトシン.
- (3) 多い.
- (4) プロラクチン.
- (5) 抑制する.

4 章

1 正解 (2)と(4)

【解説】

(1) 初乳

(3) +350 kcal/日である.

2 正解 (1)と(4)

【解説】

(2) 多い.

(3) 多い.

3 正解 (2)と(4)

【解説】

(1) 6 か月程度で元に戻る.

(3) 450 ml である.

4 正解 (2)と(3)

【解説】

(1) 生理的体重減少が起こることが多い.

(4) 移行しやすい.

5 正解 (1), (2), (3)

【解説】

(4) 20 g/日

6 正解 (1)と(3)

【解説】

(2) 10 mg/日

(4) 目安量は 2200 mg/日である.

5 章

1 正解 (2)と(4)

【解説】

(1) メーブルシロップ尿症の記述である.

(3) 母乳栄養児にみられやすい.

2 正解 (3)と(4)

【解説】

(1) 起こしにくい.

(2) 牛乳の方が多い.

3 正解 (2)と(4)

【解説】

(1) 白身魚から赤身魚, 青皮魚へと進める.

(3) 緑黄色野菜も用いる.

4 正解 (2)と(4)

【解説】

(1) 5, 6 か月ごろ

(3) 12 か月~18 か月ごろである.

5 正解 (1)と(3)

【解説】

(2) 少ない.

(4) 低い.

6 正解 (1)と(3)

【解説】

(2) 発達が未熟でアミラーゼ活性も低い.

(4) 鉄欠乏性貧血

7 正解 (1)と(3)

【解説】

(2) 飲んでいない状態を意味するものではない. 母乳または育児用ミルクは一人一人の子どもの離乳の進行および完了の状況に応じて与える.

(4) 3 歳ごろ

6 章

1 正解 (3)と(4)

【解説】

(1) カウプ指数

(2) 幼児期の成長は乳児期よりも緩やかである.

2 正解 (1)と(4)

【解説】

(2) 体内の水分の割合は約 70%で成人より多い.

(3) 2~3 歳ごろからみられる.

3 正解 (1)と(2)

【解説】

(3) 乳歯の虫歯は永久歯の虫歯にも影響を与える.

(4) 鶏卵, 牛乳, 小麦である.

4 正解 (1)と(2)

【解説】

(3) 薄味に慣れるようにする.

(4) あごが発達するよう, 噛む習慣をつけさせる必要がある.

5 正解 (1)と(3)

6 正解 (2)と(3)

【解説】

(1) 成人期の肥満につながる.

(4) おやつ(間食)は推定エネルギー量の10~20%を目安にする. 3回の食事で不足する栄養を補うために間食を与える.

7 正解 (2)と(3)

【解説】

(1) 33%ではなく50%

(4) 単純性肥満は, 運動不足や遺伝的素因が原因とされる.

7章

1 正解 (1)と(3)

【解説】

(4) 20~30%

2 正解 (1)と(2)

3 正解 (1)と(3)

【解説】

(2) 月経の開始などにより需要が増大する.

4 正解 (1)と(4)

【解説】

(2) 過度な食事制限は行わず, 積極的に運動し, 肥満傾向がみられないようにする

(3) 学童期の食物繊維の目標量は p.95 を参照.

5 正解 (1)と(3)

【解説】

(4) 10~11 歳ごろである.

6 正解 (3)と(4)

【解説】

(1) 1 日の必要量の3分の1

7 正解 (1)と(4)

【解説】

- (2) 食塩相当量は3分の1未満である.
- (3) 6～7 歳, 8～9 歳, 10～11 歳, 12～14 歳

8章

- 1 正解 (1)と(2)

【解説】

- (3) 皮下脂肪がつき, 女性らしくなる.
- (4) 女子に起こりやすい.

- 2 正解 (2)と(3)

- 3 正解 (1)と(4)

【解説】

- (2) たんぱく質を充分摂取する.

- 4 正解 (1)と(4)

【解説】

- (3) 女子よりも遅い.

- 5 正解 (1)と(2)

- 6 正解 (1)と(2)

【解説】

- (4) 骨密度の低下

- 7 正解 (1)と(4)

【解説】

- (2) 高く設定されている.
- (3) 20%以上～30%未満

9章

- 1 正解 (1) と (2)

- 2 正解 (2)

- 3 正解 (4)

- 4 正解 (2) と (4)

10章

- 1 正解 (2) と (3)

- 2 正解 (2)

3 正解 (1) と (4)

4 正解 (2) と (4)

1 1 章

① ○

② ×

③ ○

④ ○

⑤ ×

【解説】

バリン, ロイシン, イソロイシンである.

⑥ ○

⑦ ○

⑧ ○

⑨ ×

⑩ ○

⑪ ×

⑫ ×

1 2 章

① ○

② ×

③ ○

④ ○

⑤ ×

⑥ ○