

試験問題	試験時間
98~200	13時40分~16時20分

● 指示があるまで開かないこと。

〈注意事項〉

1. 問題の数

試験問題は98~200まで103問である。

2. 受験地、受験番号、氏名の記入方法

注意事項を読み終わったら、まず受験地、受験番号、氏名を文字と数字で記入する。次に答案用紙右側の受験地、受験番号の該当する○をマークする(塗りつぶす)。なお、記入に当たっては次の例を参考のこと。

(例) 受験地・東京都、受験番号・90123、氏名・栄養花子の場合

午後


受験地	東京都	受験番号	9	0	1	2	3
氏名	栄養花子						


受験地	北海道	宮城県	埼玉県	東京都	愛知県	大阪府	岡山県	福岡県	沖縄県
	○	○	○	●	○	○	○	○	○
受験番号	万	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
	千	●	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
	百	①	●	②	③	④	⑤	⑥	⑦
	拾	①	②	●	③	④	⑤	⑥	⑦
壱	①	②	③	●	④	⑤	⑥	⑦	

3. 答案の作成

(1) HBの鉛筆を使用し濃くマークすること、○の外にはみ出さないように注意すること。

良い解答の例…… ● (濃くマークすること。)

悪い解答の例…… 
(解答にならない。)

(2) 答えを修正した場合は必ず「消しゴム」であとが残らないように完全に消すこと。鉛筆の色が残ったり  のような消し方などをした場合は、修正したことにはならないので注意すること。

(3) 答案用紙は折り曲げたりメモ等で汚したりしないよう特に注意すること。

4. 解答方法

解答方法は次のとおりである。

- (1) (例1-1)の問題では(1)から(5)までの5つの選択肢があるので、そのうち質問に対する答えを1つ選び、答案用紙にマークすること。なお、この質問に2つ以上マークした場合は誤りとする。

(例1-1)

201 管理栄養士の名称を用いて業務を開始できると定められている日である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 合格発表日
- (2) 合格証書受領日
- (3) 管理栄養士免許申請日
- (4) 管理栄養士名簿登録日
- (5) 免許証受領日

正解は「(4)」であるから答案用紙の問題番号201の④をマークすればよい。

201	①	②	③	④	⑤
↓					
201	①	②	③	●	⑤

また、(例1-2)のような設問文の場合も、(1)から(5)までの5つの選択肢から答えを1つ選び、答案用紙にマークすること。なお、これらの質問に2つ以上マークした場合は誤りとする。

(例1-2) ……誤っているのはどれか。1つ選べ。

(2) (例2)の問題では(1)から(4)までの4つの選択肢があるので、そのうち質問に対する答えとして最も適切なものを1つ選び、答案用紙にマークすること。なお、(例2)の質問に2つ以上マークした場合は誤りとする。

(例2)

202 管理栄養士に求められる専門職としてのあり方に関する記述である。最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 自らの幸福を追求する。
- (2) 人々の生活の質の向上を目指す。
- (3) 特定の関係者との協働を重視する。
- (4) 免許取得時の知識を維持する。

正解は「(2)」であるから答案用紙の問題番号202の②をマークすればよい。

202	①	②	③	④
↓				
202	①	●	③	④

98 栄養教育において用いられる基準・指針等と、食物の階層構造(レベル)の組合せである。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 日本人の食事摂取基準 —— 栄養素レベル
- (2) 栄養成分表示 —— 栄養素レベル
- (3) 6つの基礎食品 —— 食品(食材料)レベル
- (4) 食事バランスガイド —— 料理(食事)レベル
- (5) 米国の MyPlate —— 栄養素レベル

99 栄養教育では、人間の食行動に注目し、行動科学の理論やモデルを活用して、食行動がより良い方向に変容するように支援を行う。行動科学の理論やモデルを活用した支援として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 管理栄養士自身が過去に経験した成功事例と同じ方法で、栄養教育を行う。
- (2) 栄養素や食品に関する知識の習得を重要視して、栄養教育を行う。
- (3) 対象のライフステージと準備性に適した行動変容技法を用いて、栄養教育を行う。
- (4) 行動科学の理論やモデルについて、それらの構成概念を全て用いることを優先して、栄養教育を行う。

100 図は、減量のため間食を制限している K さんの行動を、連続的に表したものである。「オペラント条件づけ」の、刺激、反応(行動)、結果(次の刺激)に対応する、図中の A～J の組合せである。最も適当なのはどれか。1 つ選べ。

- | | 刺激 | 反応 | 結果 |
|-----|----|--------|--------|
| (1) | A | ———— C | ———— G |
| (2) | A | ———— D | ———— H |
| (3) | B | ———— E | ———— F |
| (4) | B | ———— H | ———— I |
| (5) | B | ———— H | ———— J |

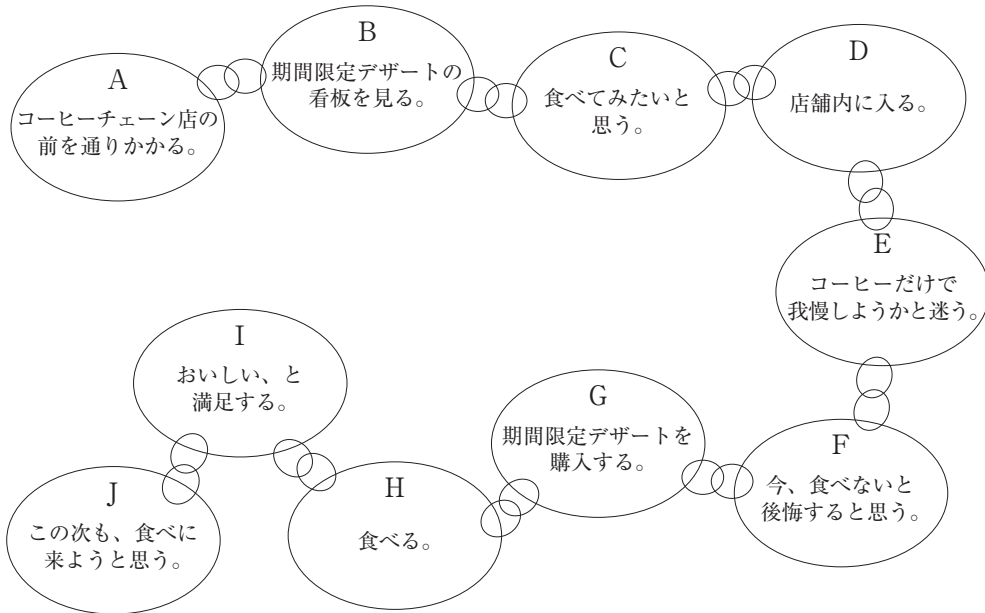


図 K さんの行動

101 認知症の妻と、その介護者である夫の二人暮らし高齢世帯への支援や取組と、生態学的モデルのレベルの組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 認知症カフェを運営している同じ境遇の男性が、気軽に立ち寄るよう夫を誘った。 —— 個人内レベル
- (2) 市の管理栄養士が、市の高齢者福祉プランに食料品買出し支援強化を含めることを提言した。 —— 個人間レベル
- (3) 遠方に住む息子が、配食サービス事業者を調べて、利用してみることを勧めた。 —— 組織レベル
- (4) 住民ボランティアグループが、市が養成する認知症サポーターとして見守り活動を開始した。 —— 地域レベル
- (5) 夫が、災害時に備えた食品ストックのガイドブックを読み、買い物の参考にした。 —— 政策レベル

102 定期健診で血糖値が高いと指摘され、気にしている社員から、「甘い物を控えたが、職場の給湯コーナーにいつも菓子が置かれていて、つい食べ過ぎてしまう。」と相談を受けた。認知行動療法を用いた効果的な支援として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 給湯コーナーに菓子を置かないよう、部署で相談するように勧める。
- (2) 菓子を食べた時は、どれくらいの量を食べたか記録をつけるように勧める。
- (3) 菓子を食べ過ぎずに、我慢できた時のことを思い出してもらう。
- (4) 菓子を控えることにより検査値が改善された時の、自分の気持ちを想像してもらう。

103 減量に苦戦している中年女性を対象とした、支援内容と行動変容技法の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 自宅のテーブルの上に置いてある菓子を、片付けするように勧める。 _____ 行動置換
- (2) 入浴後に、ビールの代わりに無糖の炭酸水を飲むことを勧める。 _____ 刺激統制
- (3) 友人からの菓子のお裾分けを断る練習をするように勧める。 _____ 認知再構成
- (4) 健康管理アプリで、毎日の体重を入力することを勧める。 _____ セルフモニタリング
- (5) 菓子を食べ過ぎた時は、そのような日もあると自分に言い聞かせるように勧める。 _____ ソーシャルスキルトレーニング

104 「食品は、家族で週末にまとめ買いをしているが、つい買い過ぎて無駄になってしまう。」と悩んでいる人に対する、買い過ぎを防ぐための働きかけである。意思決定バランスの考え方を用いた支援として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 子どもと家にある食品をチェックし、消費量と購入量のバランスを確認するように勧める。
- (2) 家族全員が空腹でない時に、買い物へ行くことを勧める。
- (3) 子どもの前で、週末の買い出しで買い過ぎないと宣言するように勧める。
- (4) 必要な分だけ購入して無駄を出さないことが、子どもにどのような影響を与えるか、考えてみるように勧める。
- (5) 購入食品のリストを作り、買い物でどれくらいのお金を使っているか、記録してみることを勧める。

105 社員食堂に勤務する管理栄養士が、減塩メニューの利用者を増やすために、ナッジを活用するフレームワークである「EAST」の「T：Timely(タイムリー)」を用いた取組を考えた。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 減塩メニューを、「数量限定」と書いて販売する。
- (2) 減塩メニューに、「みんなに選ばれています。」と書かれたPOPをつける。
- (3) 健診の案内に合わせて、減塩メニューのキャンペーンを打つ。
- (4) 単品メニューは変えずに、日替わり定食の主菜だけを減塩メニューにする。
- (5) 全てのメニューを、減塩メニューにする。

106 K市では、ソーシャルマーケティングの考え方を活用して、食品ロスを減らすための普及啓発活動を行うことにした。ターゲット集団を、市内在住の子育て世代に定めた場合のチャンネルとして、最も適切なものはどれか。1つ選べ。

- (1) テレビコマーシャル
- (2) 地域のスーパーマーケットの電子版チラシ
- (3) 市の公式アカウントから発信するSNS
- (4) 市の広報(紙媒体)

107 肥満児童に対する個別指導の内容と目標の種類の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 毎朝体重を記録する。 _____ 結果目標
- (2) 家族が甘い飲み物を買わずにしない。 _____ 行動目標
- (3) 肥満度を改善する。 _____ 学習目標
- (4) 継続的に月1回の頻度で指導を行う。 _____ 実施目標
- (5) 希望があれば、保護者にも個別カウンセリングを行う。 _____ 環境目標

108 K 高校陸上部において、競技力向上のための栄養教育を行うことになった。栄養教育プログラムを6W2Hで整理した。Whatに該当するものとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 陸上部の部員
- (2) 補食の摂り方
- (3) 調理実習室の活用
- (4) 各部員の競技記録の更新
- (5) 体験型学習の実施

109 地域在住高齢者を対象に、低栄養予防のための栄養教育を行った。形成的評価に用いる指標である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする頻度
- (2) 栄養教育を行うスタッフの、事前研修への出席状況
- (3) BMIの変化
- (4) 食事を準備するスキル
- (5) 食事について相談できる友人の数

110 栄養教育プログラムの経済評価に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 費用効用分析では、得られた効果を金額に換算して評価する。
- (2) 費用便益分析では、質を調整した生存年数(quality-adjusted life years: QALY)を指標として評価する。
- (3) 費用便益分析では、総費用よりも総便益が小さいほど、経済的に有益であったと評価する。
- (4) 費用効果分析では、一定の効果(1単位)を得るために要した費用を評価する。
- (5) 費用効果分析では、栄養教育プログラムを1回実施するのに必要な費用を評価する。

111 診療報酬および介護報酬と算定可能な対象者の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 入院栄養食事指導料 ————— 血中ヘモグロビン濃度 11 g/dL の鉄欠乏性貧血患者
- (2) 摂食障害入院医療管理加算 ——— BMI 18.0 kg/m² の者
- (3) 栄養改善加算 ————— 食事摂取量が 50% の者
- (4) 経口維持加算 ————— 誤嚥なく経口摂取できている者
- (5) 再入所時栄養連携加算 ————— 他の介護保険施設に転所した後、再入所した者

112 臨床栄養で用いられる「P」を含む略語と、「P」に該当する英単語の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) COPD ——— patient
- (2) PEM ——— process
- (3) PEG ——— protein
- (4) PNI ——— problem
- (5) TPN ——— parenteral

113 50 歳、男性。たんぱく質摂取量は 50 g/日、24 時間尿中尿素窒素排泄量は 6 g であった。尿中尿素窒素以外の窒素損失量を 4 g/日とした場合の窒素出納値(g)として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 8
- (2) 6
- (3) 2
- (4) - 2
- (5) - 6

114 経鼻胃管にて、1.0 kcal/mL の半消化態栄養剤(常温)を 100 mL/時で 200 mL 投与したところ、下痢が生じた。その対策に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 1時間で200 mLを投与する。
- (2) 脂肪含有量の多い経腸栄養剤に変更する。
- (3) 2.0 kcal/mL の経腸栄養剤に変更する。
- (4) 20 mL/時で投与する。
- (5) 4℃ にして投与する。

115 中心静脈栄養法において、50% ブドウ糖基本輸液 700 mL(1,400 kcal)、総合アミノ酸輸液製剤 400 mL(100 kcal、窒素量 4 g)、20% 脂肪乳剤 100 mL(200 kcal)を投与した。この時の NPC/N 比である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 100
- (2) 106
- (3) 125
- (4) 400
- (5) 425

116 85歳、男性。BMI 14.8 kg/m²。ADL 全介助。自宅で同じ年齢の妻から介護を受けている。寿司が好きであったが、現在は嚥下障害のためミキサー食と栄養補助食品を摂取している。体重は半年間で5 kg 減少した。本人、妻とも自宅生活の継続を望んでおり、経管栄養は希望していない。この患者に初めて居宅療養管理指導を行うことになった。指導内容として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 一時的に胃瘻を造設することを勧める。
- (2) ミキサー食にエネルギーを付加する方法を指導する。
- (3) 好きな寿司を食べさせるように指導する。
- (4) 栄養補助食品を中止するように指導する。

117 急性心不全で緊急入院した患者に対し、集中治療室で利尿薬投与による加療が行われた。入院4日目、症状は軽快し、一般病棟に転棟して経口摂取が開始された。入院日から4日目までの臨床症状の変化をモニタリングした結果として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

項目	入院日	4日目
(1) Japan Coma Scale	Ⅱ-20	Ⅲ-100
(2) 起座呼吸	なし	あり
(3) 体重(kg)	55	52
(4) 頸静脈怒張	なし	あり
(5) 心拍数(回/分)	60	120

118 50歳、男性。血圧158/105 mmHg。職場の健康診断で要精査となり、外来受診。同日、外来栄養食事指導を受けた。エネルギー摂取量2,800 kcal/日、食塩摂取量16 g/日、ラーメンが好きで週5回食べているとのことであった。エネルギー摂取量および食塩摂取量の過剰と評価し、1日当たりの食事摂取量の目安について指導した。この時のSOAPと記載内容の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) S —— 血圧158/105 mmHg
- (2) O —— エネルギー摂取量2,800 kcal/日、食塩摂取量16 g/日
- (3) A —— 1日当たりの食事摂取量の目安について指導する。
- (4) P —— ラーメンが好きで週5回食べている。
- (5) P —— エネルギー摂取量および食塩摂取量の過剰と評価した。

119 たんぱく質・エネルギー栄養障害患者に栄養管理を開始し、1週間後に栄養状態を評価したところ、栄養状態の改善がみられた。この時の栄養アセスメントの結果である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 上腕三頭筋皮下脂肪厚の増加
- (2) 上腕筋囲の増加
- (3) 血清アルブミン値の上昇
- (4) 血清トランスサイレチン値の上昇
- (5) 血中CRP値の上昇

120 口内炎を繰り返す患者である。ビタミンB₂欠乏が疑われ、医師より栄養食事指導の依頼があった。ビタミンB₂を多く含む食品・料理である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 蒸しじゃがいも 1個(可食部100g)
- (2) 調整豆乳 1杯(200g)
- (3) キャベツ油いため 1皿(100g)
- (4) キウイフルーツ 1個(可食部100g)
- (5) 牛乳 1杯(200g)

121 50歳、女性。事務職。身長150cm、体重80kg、BMI 35.6 kg/m²。肥満に関連した運動器疾患のある初診外来患者である。この患者の外来での栄養管理として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 1か月で10kgの減量を目標とする。
- (2) 除脂肪体重を減らす。
- (3) エネルギー摂取量は、15 kcal/kg 目標体重/日とする。
- (4) たんぱく質摂取量は、0.8 g/kg 目標体重/日とする。
- (5) 脂肪エネルギー比率は、25%Eとする。

122 80歳、女性。2型糖尿病。身長140 cm、体重45 kg、BMI 23.0 kg/m²。血液検査値は、HbA1c 6.8%。活動は軽労作。この患者の1日当たりの指示エネルギー量(kcal)とたんぱく質量(g)の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- | | エネルギー
(kcal/日) | たんぱく質
(g/日) |
|-----|-------------------|----------------|
| (1) | 1,000 | 45 |
| (2) | 1,000 | 65 |
| (3) | 1,200 | 45 |
| (4) | 1,400 | 45 |
| (5) | 1,400 | 65 |

123 消化器疾患の栄養管理に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 胃食道逆流症では、炭水化物を制限する。
- (2) 胃・十二指腸潰瘍では、たんぱく質を制限する。
- (3) たんぱく漏出性胃腸症では、たんぱく質を制限する。
- (4) 胆のう炎では、脂肪を制限する。
- (5) 胆石症では、炭水化物を制限する。

124 32歳、男性。クローン病。事務職。身長168 cm、体重56 kg、BMI 19.8 kg/m²、標準体重62 kg。血液検査値は、アルブミン3.8 g/dL、CRP 2.6 mg/dL。この患者の寛解導入期の1日当たりの目標栄養量である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギーは、2,200 kcal とする。
- (2) たんぱく質は、60 g とする。
- (3) 脂肪は、70 g とする。
- (4) 食物繊維は、30 g とする。
- (5) 飲水量を含めて、水分は1,000 mL とする。

125 55歳、男性。慢性膵炎(代償期)。事務職。身長172 cm、体重65 kg、BMI 22.0 kg/m²。血液検査値は、CRP 0.8 mg/dL、アミラーゼ 120 U/L(基準値：32~104 U/L)。この患者の1日当たりの目標栄養量の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

	エネルギー (kcal/日)	たんぱく質 (g/日)	脂肪 (g/日)
(1)	1,400	60	50
(2)	1,400	75	20
(3)	2,000	60	40
(4)	2,000	75	20
(5)	2,000	90	40

126 45歳、男性。システムエンジニア。身長175 cm、体重90 kg、BMI 29.4 kg/m²、目標とする体重67 kg。血圧151/98 mmHg。空腹時血液検査値は、LDL コレステロール 207 mg/dL、トリグリセリド 170 mg/dL。他に異常は認められない。この患者の1日当たりの目標栄養量は、エネルギー 1,800 kcal、食塩 6 g 未満とした。その他の目標栄養量の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

	たんぱく質 (g/日)	脂肪 (g/日)	飽和脂肪酸 (%E)
(1)	50	25	6
(2)	50	45	8
(3)	80	25	6
(4)	80	25	8
(5)	80	45	6

127 脳梗塞の入院患者。ワルファリンによる薬物治療が開始となり、併せて栄養食事指導を行うことになった。薬物との相互作用の観点から注意すべき食品として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) みかん
- (2) カリフラワー
- (3) 牛乳
- (4) コーヒー
- (5) 青汁

128 腎疾患の病態と栄養管理に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) IgA 腎症は、尿細管への IgA の沈着を特徴とする。
- (2) 慢性腎不全が進行すると、血中 $1\alpha, 25$ -ジヒドロキシビタミン D 値が上昇する。
- (3) 糖尿病腎症第 4 期では、エネルギー摂取量を 25~35 kcal/kg 目標体重/日とする。
- (4) 血液透析では、リン摂取量を 2,000 mg/日以上とする。
- (5) 急性糸球体腎炎では、回復期に水分を制限する。

129 65 歳、男性。膜性腎症によるネフローゼ症候群。身長 165 cm、体重 65 kg、標準体重 60 kg。血圧 112/64 mmHg。空腹時血液検査値は、アルブミン 2.0 g/dL、HbA1c 5.4%、LDL コレステロール 200 mg/dL、カリウム 3.5 mEq/L。尿たんぱく 4.0 g/日。全身に浮腫があり、利尿薬を使用している。この患者の 1 日当たりの目標栄養量に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギーは、20 kcal/kg 標準体重とする。
- (2) 脂肪エネルギー比率は、35%E とする。
- (3) たんぱく質は、0.8 g/kg 標準体重とする。
- (4) 食塩は、3 g 未満とする。
- (5) カリウムは、2,000 mg 未満とする。

130 40歳、女性。腹膜透析患者。BMI 22.0 kg/m²、標準体重 50 kg。腹膜吸収グルコースのエネルギー量は、300 kcal/日。この患者の食事における目標栄養量の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- | | エネルギー
(kcal/日) | たんぱく質
(g/日) |
|-----|-------------------|----------------|
| (1) | 1,400 | 30 |
| (2) | 1,400 | 50 |
| (3) | 1,700 | 30 |
| (4) | 1,700 | 50 |
| (5) | 1,700 | 70 |

131 甲状腺疾患の病態と栄養管理に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) バセドウ病では、血中甲状腺ホルモン値が低値である。
- (2) バセドウ病では、エネルギーは 15~20 kcal/kg 標準体重/日とする。
- (3) 橋本病では、血中総コレステロール値が低下する。
- (4) 橋本病では、浮腫を認める。
- (5) 橋本病では、TSH 受容体抗体陽性となる。

132 29歳、女性。身長 155 cm、体重 26 kg、BMI 10.8 kg/m²。神経性やせ症と診断され、精神科に通院していた。最近食事を全く摂らなくなり、動けなくなったため、救急搬送され入院となった。この患者における入院中の栄養管理に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 経管栄養は、禁忌である。
- (2) エネルギーは、2,000 kcal/日から開始する。
- (3) たんぱく質は、制限する。
- (4) 嗜好食品は、禁止する。
- (5) 血清カリウム値を、モニタリングする。

133 72歳、男性。COPDの外来患者。独居。体重41kg、BMI16.0kg/m²。間接熱量計による安静時エネルギー消費量1,050kcal/日。外来栄養食事指導を行うこととなり、1日の栄養摂取量を評価したところ、エネルギー1,350kcal、たんぱく質45gであった。食事は毎食コンビニエンスストアで購入している。この男性に、補食として1品追加購入するよう指導した。補食の例として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 即席春雨スープ(1個、調理後約200g)
- (2) フライドポテト(100g入り)
- (3) カスタードシュークリーム(1個100g)
- (4) レモンシャーベット(1個200g)
- (5) ところてん(1個150g)

134 消化器の切除術と、術後の栄養管理において注意すべき合併症の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 舌部分切除術 ————— イレウス
- (2) 食道全摘術 ————— 脂肪吸収障害
- (3) 幽門側胃切除術 ————— 腹部膨満感
- (4) 臍頭十二指腸切除術 ——— 逆流性食道炎
- (5) 回盲部切除術 ————— 嚥下障害

135 褥瘡の予防および栄養管理に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 発生リスクは、ブレイデンスケールで評価する。
- (2) 重症度は、NYHA分類で評価する。
- (3) エネルギー摂取量は、20kcal/kg体重/日とする。
- (4) たんぱく質摂取量は、2.5g/kg体重/日とする。
- (5) 飲水を含む水分摂取量は、前日尿量以下とする。

136 メープルシロップ尿症患者の病態および栄養管理に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) アルカローシスを呈する。
- (2) 血中ロイシン値は高値を示す。
- (3) エネルギー摂取量を制限する。
- (4) 乳糖除去ミルクを使用する。
- (5) 尿中ホモシスチン排泄量をモニタリングする。

137 ヘルスプロモーションに関する記述である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 国際栄養会議で初めて提唱された。
- (2) 人々が主体的に健康をコントロールするプロセスをいう。
- (3) ヘルスプロモーションの概念は、健康日本21の基盤となっている。
- (4) 戦略の1つとして、アドボカシー(唱道)がある。
- (5) アプローチの1つとして、地域活動の強化が含まれる。

139 わが国の食料需給・食料問題に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) フードバランスシート(食料需給表)には、国民が実際に摂取した食料の栄養量が示されている。
- (2) 品目別自給率は、重量ベースで算出されている。
- (3) 最近10年間のカロリーベースの総合食料自給率は、生産額ベースより高い。
- (4) 輸入食品を含めた潜在的供給能力を、食料自給力という。
- (5) 食料品が入手困難となる社会状況を、フードファディズムという。

140 公衆栄養施策とその根拠法の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 乳幼児の健康診査の実施 ————— 医療法
- (2) 市町村保健センターの設置 ————— 健康増進法
- (3) 特定健康診査・特定保健指導の実施 ——— 高齢者の医療の確保に関する法律
- (4) 学校給食実施基準の策定 ————— 食育基本法
- (5) 食事摂取基準の策定 ————— 食品表示法

141 栄養士法に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 栄養指導員について規定されている。
- (2) 栄養教諭の免許取得について規定されている。
- (3) 食品衛生監視員の任命について規定されている。
- (4) 食生活改善推進員の育成について規定されている。
- (5) 管理栄養士名簿を、厚生労働省に備えることについて規定されている。

142 健康日本 21(第二次)の目標のうち、最終評価で「悪化している」と判定された項目である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 肥満傾向にある子どもの割合の減少
- (2) 低栄養傾向(BMI 20 以下)の高齢者の割合の増加の抑制
- (3) 20 歳代女性のやせの者の割合の減少
- (4) 食塩摂取量の減少
- (5) 共食の増加(食事を 1 人で食べる子どもの割合の減少)

143 国民健康・栄養調査に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 前身である国民栄養調査は、関東大震災の発生を機に始まった。
- (2) 調査対象地区は、都道府県知事が定める。
- (3) 腹囲の計測の対象は、40 歳以上である。
- (4) 栄養摂取状況調査は、3 日間実施する。
- (5) 個人の摂取量は、世帯全体の摂取量に世帯員ごとの摂取割合を乗じて算出する。

144 食事バランスガイドに関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 厚生労働省と文部科学省が合同で策定した。
- (2) 対象者の性別、年齢、身体活動レベルによって、摂取の目安「つ(SV)」数が異なる。
- (3) 「つ(SV)」は、80 kcal を基準としている。
- (4) 主食、副菜、主菜、汁物、果物の 5 つの料理区分で構成されている。
- (5) コマの軸は、菓子・嗜好飲料を示している。

145 公衆栄養活動に関係する国際的な取組に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 東京栄養サミット 2021 では、栄養不良の二重負荷を踏まえた議論が行われた。
- (2) 「栄養に関する行動の 10 年」は、2021 年に開始された。
- (3) NCDs の予防と対策のためのグローバル戦略は、国連食糧農業機関(FAO)が策定した。
- (4) Global Nutrition Targets 2025 は、国連世界食糧計画(WFP)が設定した。
- (5) ユニバーサル・ヘルス・カバレッジ(UHC)とは、先進医療を推進することをいう。

146 食事調査における変動および誤差に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 日間変動は、個人間変動の一種である。
- (2) 集団の平均摂取量の推定では、調査対象者の数を増やすと偶然誤差が小さくなる。
- (3) 選択バイアスは、調査対象者の数を増やすことで軽減できる。
- (4) 情報バイアスは、偶然誤差の一種である。
- (5) エネルギー摂取量は、BMI が高い者ほど過大申告しやすい。

147 食物摂取頻度調査法に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 対象者の記憶に依存する。
- (2) 地域住民を対象とした調査では、食事記録法(秤量法)に比べて、対象者の負担が大きい。
- (3) 他の食事調査法の精度を評価する際の基準に用いられる。
- (4) 食品リストは、寄与率が低い食品で構成される。
- (5) 妥当性は、一定期間を空けた後に同じ対象者に同じ調査をすることで検証できる。

148 残差法により総エネルギー調整ビタミンC摂取量を求めるため、集団におけるビタミンC摂取量と総エネルギー摂取量から回帰直線を作成した(図)。A～Eさんのうち、総エネルギー調整ビタミンC摂取量が最も多い者である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) Aさん
- (2) Bさん
- (3) Cさん
- (4) Dさん
- (5) Eさん

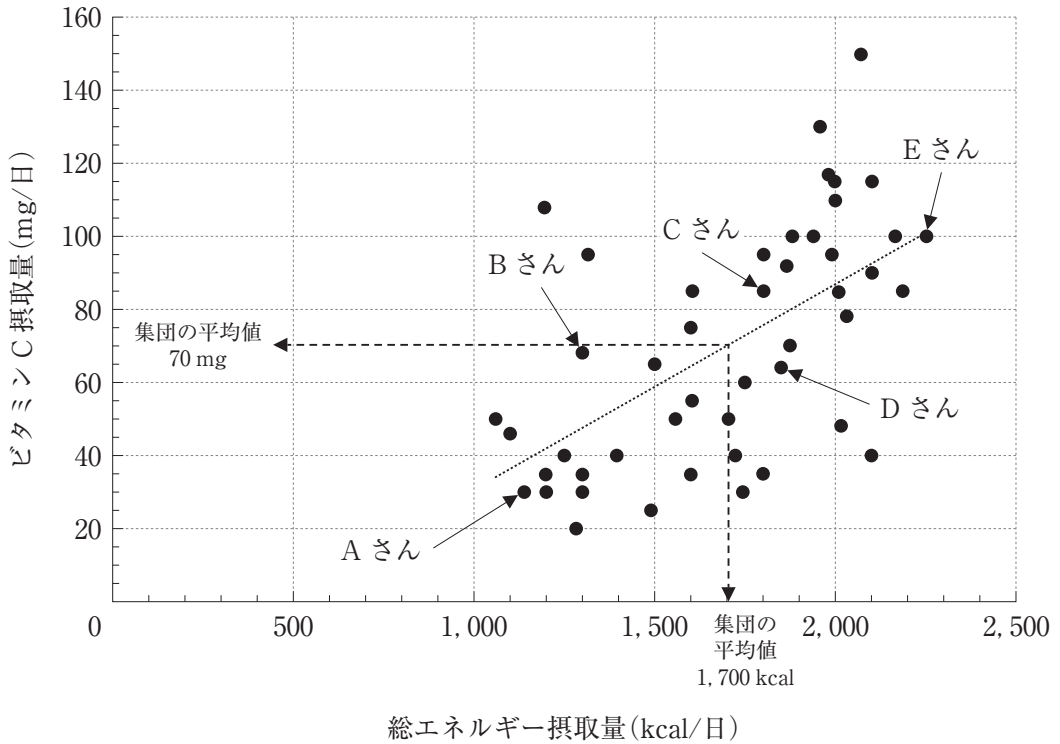


図 ビタミンC摂取量と総エネルギー摂取量

149 日本人の食事摂取基準(2020年版)を用いた、成人集団の食事摂取状況の評価に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギーの摂取不足の評価では、BMIの平均値が目標とするBMIの下限値以下であることを確認する。
- (2) EARが設定されている栄養素の摂取不足の評価では、摂取量がEARを下回る者の割合を算出する。
- (3) AIが設定されている栄養素の摂取不足の評価では、摂取量がAIを下回る者の割合を算出する。
- (4) RDAが設定されている栄養素の過剰摂取の評価では、摂取量がRDAを上回る者の割合を算出する。
- (5) 生活習慣病の発症予防を目的とした評価では、摂取量の平均値がDG以下であることを確認する。

150 公衆栄養アセスメントに用いる情報と、その出典の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 授乳期の栄養方法 ————— 国民健康・栄養調査
- (2) 小学生の肥満傾向児の割合 —— 学校保健統計調査
- (3) 特定保健指導の実施率 ————— 国民生活基礎調査
- (4) 介護が必要になった原因 —— 患者調査
- (5) 死因別死亡率 ————— 国勢調査

151 地域支援事業に関する記述である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 実施主体は市町村である。
- (2) 柱の1つに、介護予防・日常生活支援総合事業がある。
- (3) 居宅療養管理指導が含まれる。
- (4) 地域ケア会議が含まれる。
- (5) 配食サービスが含まれる。

152 「避難所における食事提供の計画・評価のために当面の目標とする栄養の参照量」

に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 摂取不足を回避すべき栄養素として、炭水化物の摂取量が示されている。
- (2) 摂取不足を回避すべき栄養素として、ビタミンCの摂取量が示されている。
- (3) 過剰摂取を回避すべき栄養素として、脂質の摂取量が示されている。
- (4) 高齢者において配慮が必要な栄養素として、カルシウムの摂取量が示されている。
- (5) 成長期の子どもにおいて配慮が必要な栄養素として、ビタミンDの摂取量が示されている。

153 特定給食施設の設置者が、利用者の適切な栄養管理のために、積極的に取り組む

ことである。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 利用者の身体状況を定期的に把握できる仕組みづくり
- (2) 利用者の栄養課題を多職種で共有するシステムづくり
- (3) 利用者が容易に栄養情報にアクセスできる環境づくり
- (4) 衛生管理に必要な機器の整備
- (5) 利用者への財務諸表の公開

154 健康増進法に基づき、管理栄養士を配置しなければならない特定給食施設であ

る。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 昼食100食を提供している保育所
- (2) 朝食、昼食、夕食をそれぞれ100食提供している介護老人福祉施設
- (3) 朝食、昼食、夕食をそれぞれ200食提供している介護老人保健施設
- (4) 朝食、昼食、夕食をそれぞれ250食提供している病院
- (5) 朝食300食、昼食400食、夕食300食を提供している工場の従業員食堂

155 入院時食事療養(Ⅰ)を算定している病院における給食に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 食事療養の内容は、医師を含む会議で検討する。
- (2) 食事箋は、管理栄養士が発行する。
- (3) 夕食の配膳時間は、午後5時とする。
- (4) 特別食加算は、患者の自己負担による。
- (5) 食堂加算は、1食につき50円を算定できる。

156 給食経営管理におけるサブシステムとその内容の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 栄養・食事管理 —— 厨房のドライシステム化
- (2) 品質管理 —— 調味濃度の標準化
- (3) 生産管理 —— 給与栄養目標量の設定
- (4) 人事管理 —— 始業時の調理従事者の健康チェック
- (5) 施設・設備管理 —— 大量調理機器の減価償却費の確認

157 給食業務を外部委託している保育所が自ら実施すべき業務である。

誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 栄養基準を作成すること。
- (2) 調理従事者に対して、定期的に検便を実施すること。
- (3) 毎回、検食を実施すること。
- (4) 喫食状況を把握すること。
- (5) 嗜好調査を実施すること。

158 社員食堂へのヘルシーメニュー導入を目的とした活動内容と、マーケティングプロセスに関する組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 年齢や業務内容で利用者集団を細分化する。 ——— プロモーション戦略
- (2) 利用者集団の中から売りたい対象者層を定める。 ——— 流通戦略
- (3) 他のメニューとの違いや価値を明確にする。 ——— ポジショニング
- (4) 利用者が入手しやすい価格を設定する。 ——— ターゲティング
- (5) ヘルシーメニューの導入を告知する。 ——— セグメンテーション

159 ある社員食堂では、日替わり定食を5日間サイクルで、同価格で提供している。3か月間の日替わり定食のメニュー別売上高を、ABC分析で評価した。この評価を踏まえた取組として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 新規メニューの開発のため、Aグループのメニューから利用者の嗜好を把握する。
- (2) 売れ残り防止のため、Aグループのメニューの次回予定食数を減らす。
- (3) 売上食数増加のため、Aグループのメニューを新しいメニューに入れ替える。
- (4) 総原価抑制のため、Cグループのメニューの食材料を安価なものに変更する。
- (5) 食堂利用率増加のため、Cグループのメニューの提供頻度を増やす。

160 食品構成表に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 使用頻度の高い食品を示したものである。
- (2) 一定期間における実施献立の食品使用量の合計値を、食品群別に示したものである。
- (3) 一定期間における1人1日当たりの提供量の目安を、食品群別に示したものである。
- (4) 100g当たりのエネルギー及び栄養素の量を、食品群別に示したものである。
- (5) 利用者の食形態の基準を示したものである。

161 給食の品質管理における品質の種類と評価方法・評価項目の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 設計品質 ————— 調理機器のレイアウト
- (2) 設計品質 ————— 提供時の温度
- (3) 適合(製造)品質 —— 損益分岐点
- (4) 適合(製造)品質 —— 検食
- (5) 総合品質 ————— 調理従事者の満足度

162 回転釜を用いた、じゃがいもの煮物に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) じゃがいもは、洗浄後、水切りせずに釜に投入する。
- (2) 少量調理と比較して、じゃがいもに対するだし汁の割合を少なくする。
- (3) 煮汁が沸騰した後も、強火を保つ。
- (4) 加熱のムラを防ぐため、絶えず攪拌する。
- (5) 調味料は、消火後に加える。

163 食材料管理に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 貯蔵食品は、当日使用する量を毎回発注する。
- (2) 納品された食品は、献立表と照合しながら確認する。
- (3) 納品時の品温は、納入業者が測定する。
- (4) 生鮮食品は、納品時の包装された状態で、原材料用冷蔵庫に保管する。
- (5) 貯蔵食品の在庫量は、食品受払簿により管理する。

164 1日の食数が500食の特定給食施設において、ある月の期首在庫金額は12万円、食材料費の期間支払金額は348万円、期末在庫金額は15万円であった。この月(30日)の1食当たりの食材料費(円)として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 214
- (2) 222
- (3) 230
- (4) 232
- (5) 250

165 一定食数を提供する給食施設における労働生産性(生産食数/労働時間)の向上につながる取組として、誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 調理機器の稼働率を上げる。
- (2) 調理作業の標準化を行う。
- (3) 調理技術の向上を図る。
- (4) カット野菜を導入する。
- (5) 生產品目を増やす。

166 ユニット型介護老人福祉施設におけるユニットのレイアウト(図)である。ユニットには介護職員が配置され、ミニキッチンがある。この施設での食事の提供方式として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 中央配膳方式
- (2) パントリー配膳方式
- (3) バイキング方式
- (4) 弁当配食方式

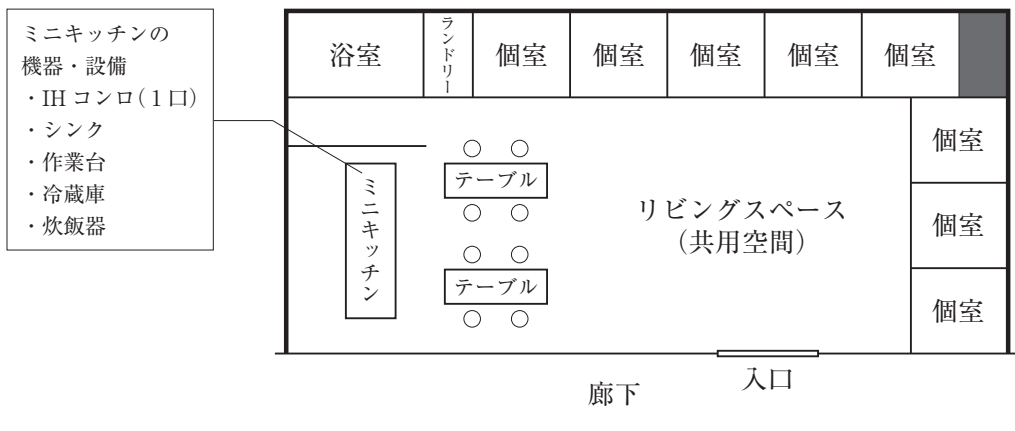


図 ユニットのレイアウト

167 利用者に提供するためのメニューとして、かぼちゃのマヨネーズサラダを試作した。試作工程中の温度を、大量調理施設衛生管理マニュアルの基準に照らして確認したところ(図)、工程の見直しが必要なが分かった。その根拠とした温度記録として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) (a)
- (2) (b)
- (3) (c)
- (4) (d)
- (5) (e)

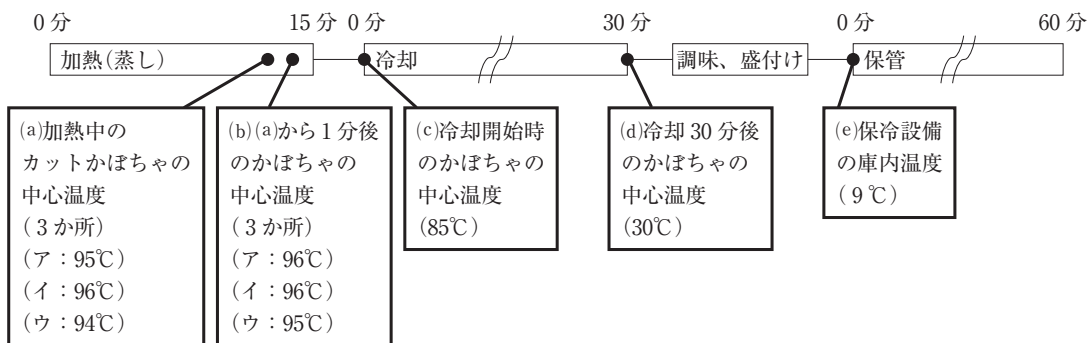


図 かぼちゃのマヨネーズサラダ試作工程中の温度記録

168 ある病院の給食部門では、クックサーブシステムにクックチルシステムとクックフリーズシステムを組み合わせた運営方式を採用している。保冷設備と保存・保管温度の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 検収室の食肉保管用冷蔵庫 _____ 8℃
- (2) 検収室の殻付卵保管用冷蔵庫 _____ 12℃
- (3) 検収室の冷凍食品保管用冷凍庫 _____ -10℃
- (4) クックチルシステムで提供する料理の保管用冷蔵庫 _____ 4℃
- (5) クックフリーズシステムで提供する料理の保管用冷凍庫 _____ -15℃

169 給食施設におけるインシデントレポートに関する記述である。
最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 調理従事者に危害が及んだ事故について記載する。
- (2) インシデントの当事者ではなく、施設責任者が作成する。
- (3) 報告者の責任を問うために活用する。
- (4) 分析結果を調理従事者の研修に活用する。
- (5) 利用者の喫食率を高めるために活用する。

170 病院における災害用備蓄食品に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 1か所にまとめて保管する。
- (2) 専用の大型冷蔵庫を準備する。
- (3) 1日分を準備する。
- (4) 要配慮者に対応できる備蓄食品を準備する。
- (5) 備蓄食品を活用した献立は、災害発生直後に作成する。

次の文を読み「171」、「172」、「173」に答えよ。

K 社健康保険組合の管理栄養士である。

対象者は、50 歳、既婚男性、喫煙習慣なし。職場の健診で、特定保健指導の積極的支援を 2 年連続受けることになった。

前年の積極的支援では、週末の運動によって、6 か月後に体重が 6 kg 減少した。しかし、その 2 か月後に部署異動があり、接待での飲酒機会が週 1 回以上となった。さらに、家での飲酒も毎日、缶ビール 2 本(1 本 200 kcal)に増えた。ビール以外の飲酒はない。部署異動から 4 か月後に健診を受けたところ、昨年の健診時とほぼ同じ体重になっていた。

今年の健診結果は、身長 172 cm、体重 80 kg、BMI 27.0 kg/m²、運動は実施していない。

171 今年の初回面談で、対象者は初めに「体重が戻った理由は自分でも分かっています。運動をすれば今回も減らせると思います。」と話した。これに対する応答である。最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) ご自分で行動目標を立てて、ご自分でチェックをするのが良さそうですね。
- (2) 何をすればよいか分かっているようですね。それを行う上で、不安や心配はありますか。
- (3) 戻った体重はほとんど脂肪です。今回は、前回のようには体重は減りませんよ。
- (4) 運動よりも食事の方が大切です。食生活の改善方法を一緒に考えましょう。

172 目標体重について、対象者から、最終的に前回達成した体重まで減らしたいという希望もあり、まず「3か月で－3kg」と設定した。目標達成のための計画である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 家で飲む缶ビールを1本に減らす。
- (2) 家で飲む缶ビールをやめる。
- (3) 接待時の飲酒量を控えめにして、3メッツの運動を週2時間行う。
- (4) 週2日は休肝日とし、4メッツの運動を週4時間行う。

173 初回面談から1か月後、継続支援の面談を行ったところ、対象者は計画どおり取り組んでいた。体重は初回面談時から変化していない。この時の支援である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 現在の取組状況の問題点を指摘し、改善策を話し合う。
- (2) 現在の取組に対して、今後期待される成果を説明する。
- (3) 現在の取組を称賛した上で、取組を継続するよう励ます。
- (4) 現在の取組を称賛した上で、行動目標の追加を話し合う。

次の文を読み「174」、「175」に答えよ。

Kクリニックに勤務する管理栄養士である。

大学2年生の学生がクリニックを受診してきた。学生は、20歳、女性。中学生の時から新体操部に所属している。審美系スポーツでは、体型が重要と考えており、食事摂取を常に控えるようにしてきた。最近、普段の生活において、立ちくらみや息切れ等の症状がみられた。鉄欠乏性貧血と診断され、鉄剤投与を受けた。1日の食事内容は、表のとおりである。

身長 160 cm、体重 45 kg、BMI 17.6 kg/m²。

表 1日の食事記録

朝食	昼食	夕食
おにぎり(1個)	栄養飲料(ゼリータイプ)	ご飯(100g)
コーンスープ	サラダチキン	納豆
ヨーグルト	キャベツ千切り	焼きのり
	ドレッシング	大根ひき肉あんかけ
		りんごジュース

174 薬物治療により、症状は改善してきた。この学生に栄養食事指導を行うことになった。指導方針として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギー摂取量を増やす。
- (2) たんぱく質摂取量を増やす。
- (3) 鉄摂取量を増やす。
- (4) 水分摂取量を増やす。

175 栄養食事指導の結果、体重は1.5 kg増加し、体調が悪い日はなくなり、パフォーマンスが向上してきたと感じていた。この学生から「どうしても選手に選ばれたい。これ以上、体重は増やしたくない。」と相談があった。助言として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 体重が増えないように、練習量を増やしましょう。
- (2) 体調不良が改善したので、食事指導は終わりにしましょう。
- (3) パフォーマンスも良くなったと感じているのですね。もう少し今の食事を続けてみましょう。
- (4) もう少し体重を増やしたほうが、表現力も上がると思いますよ。

次の文を読み「176」、「177」、「178」に答えよ。

K 産科病院に勤務する管理栄養士である。

患者は、36歳、初産婦、会社員。現在、妊娠8週目。激しい嘔吐を繰り返すようになり、食事がほとんど食べられなくなったため入院となった。

身長165 cm、体重56 kg、妊娠前体重59 kg。血圧110/70 mmHg。空腹時の血液検査値は、クレアチニン0.8 mg/dL、尿素窒素30 mg/dL、血糖80 mg/dL。たんぱく尿(-)、尿中ケトン体(2+)。

176 入院当日の栄養投与方法として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 中心静脈栄養
- (2) 末梢静脈栄養
- (3) 経鼻胃管による経腸栄養
- (4) 流動食による経口栄養

177 入院1週間後には、軽い吐き気はあるものの、激しい嘔吐はおさまって退院となった。退院後の食事のアドバイスである。最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 食事をしっかり食べて、間食は控えましょう。
- (2) 職場で決まった時間に食べられない分は、自宅で食べるようにしましょう。
- (3) 食事は、食べられるときに食べましょう。少量ずつ数回に分けても良いですよ。
- (4) 3食ともに、主食、主菜、副菜を揃えた食事にしましょう。

178 退院後、順調に回復した。時々、つわりの症状があるものの、体重は 60 kg となり、現在は妊娠 12 週目となった。本人は、自身の体重の増え方が少ないことを気にして、栄養相談のために来院した。表は、本人が持参した食事メモである。患者への助言として、最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 主食の量が足りませんね。1 回量を増やしましょう。
- (2) 果物はお好きではないですか。1 日に 1 回果物を摂りましょう。
- (3) 乳製品が少ないですね。間食に牛乳を取り入れましょう。
- (4) まだ 12 週目ですから、体重の増え方は、このくらいで大丈夫ですよ。今の食生活を続けましょう。

表 食事メモ

朝食	昼食	夕食	間食
トースト(6枚切1枚)	おにぎり(1個)	ご飯(茶碗1杯)	シュークリーム(1個)
いちごジャム	卵焼き	鶏肉の照り焼き	シャーベット(1個)
オレンジジュース	シューマイ(2個)	プチトマト(2個)	
ヨーグルト	唐揚げ(2個)	冷奴	
	レタス		

次の文を読み「179」、「180」、「181」に答えよ。

K 病院に勤務する管理栄養士である。

患者は、9歳2か月、女児。健診で肥満を指摘され、心配した母親が女児を連れて来院した。

初診時、身長135 cm、体重44 kg、肥満度41.8%。腹囲81 cm。血圧114/70 mmHg。空腹時の血液検査値は、血糖90 mg/dL、AST 17 U/L、ALT 29 U/L、non-HDL コレステロール 130 mg/dL、トリグリセリド 115 mg/dL。家族歴なし。

原発性肥満と診断され、医師から1日の指示エネルギー量を2,000 kcal、たんぱく質エネルギー比率を20%E、脂肪エネルギー比率を25~30%E、カルシウム量を750 mg として、栄養食事指導を行うよう指示があった。放課後や休日は外遊びをよくしているが、スポーツクラブなどには所属していない。

179 母親から、女児の普段の食事内容を聞き取った(表)。医師からの指示内容を踏まえ、優先すべき改善項目である。最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギー量
- (2) たんぱく質量
- (3) 脂質量
- (4) カルシウム量

表 患者の普段の食事内容

朝食	昼食(給食)	間食(午後4時)	夕食	間食(午後8時)
ご飯(150 g)	ご飯(おかわり1回)	アイスクリーム (1カップ)	ご飯(150 g)	牛乳(コップ1杯)
焼きのり	八宝菜	ポテトチップス (小1袋)	照り焼きチキン(100 g)	
即席味噌汁 (粉末タイプ1袋)	鯔の南蛮漬け フルーツ白玉 牛乳(1本)		フライドポテト(35 g) ミニトマト(3個) 大根とわかめの味噌汁(1杯) みかん(小2個) 麦茶(コップ1杯)	

180 設問 179 の結果をもとに、次回の受診までに、まず取り組んでもらう具体的な内容である。最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 朝食のご飯はパンにし、給食のおかわりはやめましょう。
- (2) 朝食に大豆製品を追加し、給食のおかわりはやめましょう。
- (3) 朝食に牛乳を追加し、給食のおかわりはやめましょう。
- (4) 間食のお菓子をやめて、果物にしましょう。

181 2か月後に再診した時の身長は137 cm、体重は44 kgであった。指導の際、母親は、「頑張っていますが、体重は減りません。」と話した。これに対する管理栄養士の発言である。最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 食べすぎが原因です。食事量を減らしましょう。
- (2) 運動不足が原因です。運動量を増やしましょう。
- (3) 合併症が心配です。検査を受けてみてください。
- (4) 肥満は改善されてきています。今の取組を続けましょう。

次の文を読み「182」、「183」、「184」に答えよ。

Kクリニックに勤務する管理栄養士である。外来栄養食事指導を行っている。

患者は、81歳、男性。独居。10年前に2型糖尿病を発症している。前院で経口血糖降下薬を処方されていたが、服用を忘れることが多く、食事は自由に摂取していた。血糖コントロールは不良で、最近は低血糖症状もみられることから、当クリニックへ紹介された。インスリン療法を開始することになり、毎食前のインスリン注射の指導を医師から受けた。明らかな糖尿病合併症はない。

身長165 cm、体重53.1 kg、BMI 19.5 kg/m²。

血液検査値は、血糖(食後2時間)132 mg/dL、HbA1c 8.3%。

182 インスリン療法開始前の栄養食事指導を行うに当たり、事前に撮ってもらった写真と聞き取りから2日間の食生活を確認した(図)。優先すべき指導内容として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 炭酸飲料や菓子は控える。
- (2) ビールは控える。
- (3) 3食とも主食を摂る。
- (4) 毎日続けられる運動を始める。

183 1か月後に栄養食事指導を行った。患者は先月の指導内容を守っており、体重53.8 kg、HbA1c 7.9%であった。体調が良くなったことから、買い物の前に30分散歩するようになり、風呂上がりに低血糖症状を起こすようになった。その時の指導内容として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) インスリン投与量を減らす。
- (2) 入浴前に補食を摂る。
- (3) 3食とも主食量を増やす。
- (4) 散歩時間を減らす。

1日目(普段の日のパターン)			2日目(特別な日:友人宅を訪問)		
生活	時	食事	生活	時	食事
(起床)	6		(起床)	6	
	7	朝食 トースト(6枚切1枚) マーガリン コーヒー(クリーム入り)		7	朝食 コーヒー(クリーム入り)
	8		テレビ	8	
	10	せんべい(2枚)		9	サイダー(350mL 1缶)
テレビ	12	昼食 せんべい(2枚)		10	
	14	サイダー(350mL 1缶)	友人宅	12	昼食 握り寿司(1人前) 吸物(1杯)、みかん(1個) ビール(350mL 2缶)
	16			14	アイスクリーム(1個)
買い物 (徒歩30分)	18			15	饅頭(1個)、せんべい(5枚) コーヒー(クリーム入り)
入浴	18		入浴	18	
	19	夕食 ご飯(1杯)、焼き魚(惣菜1切) 即席豚汁(1杯) 煮物(惣菜1パック) ビール(350mL 1缶)		19	夕食 サイダー(350mL 1缶)
テレビ	22	コーラ(350mL 1缶)	テレビ	21	ミニあんぱん(1個)
(就寝)	23		(就寝)	23	

図 食生活の記録

184 さらに1か月後に栄養食事指導を行った。体重53.6kg、HbA1c 7.7%であり、最近では低血糖にならなくなった。患者から「低血糖にならなくなったので、久しぶりに旅行に行こうと思います。旅行中に注意することはありますか。」と聞かれた。その時のアドバイスとして、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) アルコールは控えた方が良いでしょう。
- (2) パンとご飯は普段の量と同じにしましょう。
- (3) 炭酸飲料やお菓子は控えた方が良いでしょう。
- (4) 旅行先でも散歩は続けましょう。

次の文を読み「185」、「186」、「187」に答えよ。

K 病院に勤務する管理栄養士である。

患者は、72 歳、男性。独居。

1 か月前から労作時の呼吸苦が出現した。1 週間前から呼吸苦の増強とともに、食欲不振、下痢、下肢の浮腫が加わり、弁膜症による慢性心不全の急性増悪と診断され緊急入院となった。

身長 160 cm、体重 50 kg、BMI 19.5 kg/m²。発熱なし。

空腹時の血液検査値は、BNP(脳性ナトリウム利尿ペプチド)840 pg/mL(基準値 18.4 pg/mL 未満)、LDL コレステロール 98 mg/dL、アルブミン 2.8 g/dL。eGFR 68 mL/分/1.73 m²、酸素飽和度 93%。

185 この患者の消化器症状(下痢)の原因として、最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 感染性腸炎
- (2) たんぱく漏出性胃腸症
- (3) バクテリアルトランスロケーション
- (4) 過敏性腸症候群

186 入院 2 日目、バイタルサインは安定し呼吸苦と消化器症状が改善してきたため、静脈栄養法に加え、経腸栄養法を開始することとした。静脈ルートを確保する目的として、静脈栄養法では 200 kcal/日(1,000 mL)が投与されており、経腸栄養法で 800 kcal/日を追加することとした。使用する栄養剤として、最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 希釈した半消化態栄養剤(0.5 kcal/mL)
- (2) 半消化態栄養剤(1.0 kcal/mL)
- (3) 半消化態栄養剤(2.0 kcal/mL)
- (4) 成分栄養剤(1.0 kcal/mL)

187 入院 6 日目、心不全症状は改善し、消化器症状も消失した。退院に向けて栄養食事指導を行うことになり、入院前の普段の食事内容を聞き取った(表)。この食事内容を基に改善点を指摘した。その内容として、最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 鶏唐揚げを焼き魚にする。
- (2) 野菜の摂取量を増やす。
- (3) レトルト粥をご飯に変える。
- (4) 冷奴を半分に減らす。

表 患者の普段の食事内容

朝食 (午前 7 時)	昼食 (正午)	間食 (午後 3 時)	夕食 (午後 6 時)
レトルト粥(250 g)	レトルト粥(250 g)	クッキー(2 枚)	レトルト粥(250 g)
たくあん(2 枚)	コロッケ(1 個)	カフェオレ(1 杯)	餃子(5 個)
緑茶(1 杯)	鶏唐揚げ(50 g×2 個)		冷奴(200 g)
	味噌汁(1 杯)		枝豆(20 g)
	野菜ジュース(200 mL)		日本酒(1 合)
	ゼリー(1 個)		

次の文を読み「188」、「189」、「190」に答えよ。

K 病院の消化器内科病棟に配置されている管理栄養士である。

患者は、75 歳、男性。C 型慢性肝炎で、10 年前より通院加療していた。摂食機能に問題はない。最近、朝方の全身倦怠感が強くなり受診したところ、精査目的で入院となった。

入院時、身長 165 cm、体重 55 kg、BMI 20.2 kg/m²。標準体重 60 kg。浮腫(－)、腹水(－)。空腹時の血液検査値は、アルブミン 2.7 g/dL、血糖 90 mg/dL、AST 65 U/L、ALT 50 U/L、アンモニア 65 μg/dL(基準値 30~80 μg/dL)。

188 精査の結果、肝硬変、重症度は Child-Pugh 分類の C と診断され、早朝の呼吸商は低下していた。この患者の優先すべき栄養療法である。

最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) たんぱく質制限
- (2) 食塩制限
- (3) 鉄の付加
- (4) LES(late evening snack)の導入

189 この患者における、1 日当たりの指示エネルギー量と指示たんぱく質量の組合せである。最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- | | エネルギー
(kcal/日) | たんぱく質
(g/日) |
|-----|-------------------|----------------|
| (1) | 1,500 | 35 |
| (2) | 1,500 | 70 |
| (3) | 2,100 | 35 |
| (4) | 2,100 | 70 |

190 毎日モニタリングしていたところ、患者との意思疎通が困難となり、患者の食事摂取量は著しく低下してきた。血液検査値は、アルブミン 2.5 g/dL、血糖 92 mg/dL、AST 68 U/L、ALT 52 U/L、アンモニア 106 μ g/dL であった。この状況での栄養管理として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 投与する総エネルギー量を減らす。
- (2) 分割食にする。
- (3) 肝不全用経腸栄養剤の投与を開始する。
- (4) 末梢静脈栄養を開始する。

次の文を読み「191」、「192」に答えよ。

200床のK病院に勤務する管理栄養士である。給食は直営によりクックサーブ方式で運営されている。この病院では、毎食20食分の全粥を作っている。調理師から、全粥の出来上がりを一定にするにはどうしたらよいかとの相談を受けた。

191 全粥の調理の標準化による適合(製造)品質の向上に向けて、検討を行うこととした。加える水の量のほかに、重視すべき管理項目として、最も適切なのはどれか。

1つ選べ。

- (1) 室温・湿度
- (2) 沸騰までの時間
- (3) 中心温度
- (4) 出来上がり重量

192 表は、見直した調理作業指示書(20食分)である。1食分の米を50gとしたときの「④加える水」の量(kg)である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 6.0
- (2) 6.4
- (3) 7.2
- (4) 8.4
- (5) 8.8

表 全粥の調理作業指示書(20食分)

米と水の配合の重量比率	1 : 6
沸騰継続時の水の蒸発量(g/分)	40

<作業手順>

- ①米を計量する。
- ②洗米する。
- ③寸胴鍋に洗米した米を入れる。
- ④加える水を計量する。
- ⑤寸胴鍋に計量した水を入れ、30分間米を浸漬する。
- ⑥寸胴鍋に蓋をして加熱する。
- ⑦沸騰したら、蓋をとり、弱火で30分間沸騰を継続させる。
- ⑧最後に蓋をして10分間蒸らす。
- ⑨計量して盛り付ける。

次の文を読み「193」、「194」、「195」に答えよ。

K社健康保険組合の管理栄養士である。

K社では男性の高血圧症の者の割合が高い。その原因の一つに食塩の過剰摂取が考えられた。そこで、男性社員の食塩摂取量の減少を目的として、利用率の高い社員食堂において、減塩メニューの充実による食環境整備と減塩教育を行うことになった。

7～10月の4か月間を実施期間とし、実施前後に食塩摂取量を把握して評価することとした。A事業所(男性200人)を介入群(食環境整備および減塩教育)、同じ地域で、年齢構成、就業状況および規模が近似したB事業所(男性180人)を比較群(減塩教育のみ)とした。

193 介入効果を検証するために、K社健康保険組合、A事業所及びB事業所の管理栄養士3人で、食塩摂取量の変化を調べた。対象者と調査者の負担が少なく、かつ、より高い精度で食塩摂取量を推定するための調査法である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) ナトリウムを多く含む食品の過去1か月間の摂取頻度について、チェックシートに記入してもらう。
- (2) 7日間毎日、飲食した全てのものの写真をスマートフォンで送付してもらう。
- (3) 3日間の面接による24時間食事思い出し法を実施する。
- (4) 2日間の随時尿中ナトリウム値及びクレアチニン値を測定する。

194 取組実施前後の食塩摂取量の変化量について、A 事業所、B 事業所とも正規分布であることを確認した上で、結果を示した(表)。統計学的な有意水準は両側 5 % とする。取組の効果の評価として、最も適当なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 両事業所とも、摂取量に有意な変化はみられなかった。
- (2) 両事業所とも、摂取量は有意に減少した。
- (3) A 事業所は、摂取量が有意に減少した。
- (4) B 事業所は、摂取量が有意に減少した。
- (5) 両事業所とも、変化を判断できなかった。

表 取組実施前後の食塩摂取量の変化量 (g/日)

	人数 ^{※1}	変化量 ^{※2} の平均値	変化量 ^{※2} の平均値の 95% 信頼区間
A 事業所	170	-0.54	-0.98~-0.10
B 事業所	155	-0.35	-0.91~0.21

※1 実施前後の食塩摂取量を把握できた者

※2 変化量=実施後の摂取量-実施前の摂取量

195 取組実施前後の食塩摂取量の変化量を、両事業所間で比較するに当たり、考慮すべき評価デザインの限界である。最も適切なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 群間で対象者の生活背景が異なっている可能性があること。
- (2) 群間で調査の協力率に差があること。
- (3) 介入期間後も効果が継続するかを調べていないこと。
- (4) 実施前後で季節が異なること。

次の文を読み「196」、「197」に答えよ。

K大学に勤務する、管理栄養士の資格を持つ教員である。K大学では、不定愁訴を有する学生が多く、学生の朝食摂取状況を把握することになった。学生1,000人(家族と同居の学生500人と一人暮らしの学生500人)に対して自記式質問紙調査を実施した。調査の結果、1,000人中400人が朝食を欠食していることが明らかとなった。表は、居住形態別に、朝食欠食の理由をまとめたものである。

表 朝食欠食の理由(複数回答)

	全員 (400人)		家族と同居の学生 (100人)		一人暮らしの学生 (300人)	
	人	%	人	%	人	%
食欲がない	214	53.5	52	52.0	162	54.0
食べる必要性を感じない	199	49.8	50	50.0	149	49.7
ダイエットのため	166	41.5	68	68.0	98	32.7
準備するのが面倒	241	60.3	10	10.0	231	77.0
お金の節約のため	226	56.5	25	25.0	201	67.0

196 調査結果を踏まえて、より多くの学生が朝食を摂取するための方法を検討した。朝食摂取の自己効力感の向上を目的とした栄養教育の対象者と、その内容に関する記述である。最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 家族と同居の学生に対し、教員が朝食を欠食することによる健康への悪影響について話をする。
- (2) 家族と同居の学生に対し、朝食を食べてダイエットに成功した学生が、その体験談を紹介する。
- (3) 一人暮らしの学生に対し、かつて朝食を欠食していた学生が、朝食を毎日食べられるようになった工夫を話す。
- (4) 一人暮らしの学生に対し、朝食を毎日食べることで以前よりも健康的になった自分を想像してもらう。

197 朝食欠食者全員を集めて栄養教育を行った後、全員を対象に評価を行った。評価において、朝食欠食者を減らす上で重視すべき影響評価の指標である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 朝食欠食と肥満に関する知識の変化
- (2) 朝食摂取の必要性を感じている人数の変化
- (3) 準備できる朝食のレパートリー数の変化
- (4) 不定愁訴の頻度の変化

次の文を読み「198」、「199」、「200」に答えよ。

K事業所の社員食堂を運営している給食受託会社の管理栄養士である。K事業所の男性社員はデスクワークが1日の大半を占めており、他の事業所より、特に肥満（1度：BMI 25以上 30 kg/m²未満）の者の割合が高い。これまで社員を対象に様々な栄養情報を提供してきたが、男性社員の健康への関心は薄い。そこで、食環境整備を行うこととした。初めに、K事業所の20～60歳台男性社員の利用率が高い社員食堂において、男性社員(1,100人)のメニューの選択状況を、売上食数から把握した(表)。

表 K事業所の社員食堂における20～60歳台男性社員のメニュー選択状況
(上位5位)

提供メニュー	1位	2位	3位	4位	5位
定食(ご飯200g、主菜(肉または魚)、副菜小鉢2つのセット)					○
カレーライス		○			
カツ丼				○	
ミニカツ丼	○				
和麺(そば・うどん)			○		
ラーメン	○				
サラダ					
野菜小鉢					
ご飯大盛り(+100g)		○		○	
麺大盛り(+100g)					

※複数○がついているものは、それらを組み合わせて食べていることを示す。

198 表の調査結果から読み取れる、優先して取り組むべき問題である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 食塩の摂取量が多い。
- (2) 脂質の摂取量が多い。
- (3) 炭水化物の摂取量が多い。
- (4) たんぱく質の摂取量が多い。

199 課題解決に向けて、社員食堂において定食の選択を増やすための取組を行うこととした。ナッジを用いた取組内容として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 定食のプライスカードに、目立つようにエネルギー量を表示する。
- (2) 定食を“即出しランチ”と名付け、待ち時間を短縮した優先レーンで提供する。
- (3) 定食を“ヘルシーランチ”と名付け、副菜小鉢を2つとも野菜料理にする。
- (4) 定食の選択者には、ご飯大盛りを無料とする。

200 この取組を約6か月間継続したところ、定食の食数は着実に増加してきた。そこで、健康管理部門と連携して、会社の健康課題である肥満解消に向けた効果を調べることにした。職員健診の場を利用して、全男性社員を対象に、取組前後における食堂の利用状況に関するアンケート調査を行った。以前は定食をほとんど利用していなかった者に限定して、データ分析を行った。最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 新たに定食を利用するようになった者における、メニュー選択の変更に伴う摂取エネルギーの変化量を算出する。
- (2) BMIの低下が特に大きかった10名の調査票を抽出して、メニューの選択状況を詳細に調べる。
- (3) 定食の利用頻度で2群に分け、取組前の健診時からの体重の変化量を比較する。
- (4) 取組前の健診時の肥満の有無で層別化して、定食の利用頻度で2群に分け、BMIの分布の変化を比較する。

