

39

午後の部

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までの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	9:0123
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
巻	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りした場合は、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日として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 管理栄養士国家試験の合格発表日
- (2) 管理栄養士国家試験の合格証書受領日
- (3) 管理栄養士免許の申請日
- (4) 管理栄養士名簿の登録日
- (5) 管理栄養士免許証の受領日

正解は〔4〕であるから答案用紙の問題番号201の④をマークする。

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) 管理栄養士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をマークする。

202	①	②	③	④
↓				
202	①	●	③	④

98 女性の健康週間に、アルコールに起因する健康問題とその予防に関する情報を、一般成人向けのウェブサイトが発信することになった。発信する情報と、関連するヘルスビリーフモデルの「認知」の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 男性よりも少ない飲酒量で健康問題が生じる事実 —— 罹患性の認知
- (2) 飲酒以外のストレス発散方法 —— 重大性の認知
- (3) おいしいノンアルコール飲料の種類 —— 利益の認知
- (4) 節酒で体調が改善した女性の体験談 —— 障害の認知
- (5) 生活習慣病のリスクを高める飲酒量を超えた場合の健康問題 —— 自己効力感の認知

99 「趣味のスイーツ食べ歩きと SNS 発信は、フォロワーのためにもやめられない。」と話す、高度肥満の女性タレントである。体重が増え続けていることを気にして、栄養カウンセリングを受けることにした。計画的行動理論における、主観的規範を高める声かけとして、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) スイーツの食べ歩きをやめよう、と思ったことはありませんか。
- (2) やめてしまうのではなく、食べ歩きの回数を減らしてみませんか。
- (3) あなたの健康状態を心配する、フォロワーからのコメントはありませんか。
- (4) ヘルシーなスイーツをたくさん紹介して、新たなフォロワー獲得につなげませんか。

100 K 中学校に勤務する栄養教諭である。養護教諭より、オンラインゲームを始めてから急に体重が増えた生徒への個別相談を依頼された。行動変容の準備性を確認するための、生徒への質問として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 体重が増えたことについて、ご家族から何か言われていますか。
- (2) これまでの体重のグラフを見て、どのように思いますか。
- (3) ゲーム中に、どのようなものを飲食することが多いですか。
- (4) 時間を決めてゲームをするようにしてはどうですか。

101 減量が必要な女性に対し、動機づけ面接を用いたカウンセリングを行った。アンビバレンスを示す女性の発言として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 飲み会に誘われると嬉しいですし、付き合いもあるので断るのは難しいです。
- (2) 家族に協力してもらいながら食事制限に取り組んで、体重を減らしたいと思います。
- (3) 食事制限はストレスがたまるので、暴飲暴食してしまうかもしれません。
- (4) お菓子の量を減らした方が良いと思いますが、お菓子が好きなので我慢するのは難しいです。
- (5) お菓子作りは一番の趣味なので、やめられないです。

102 地域在住の高齢女性に、個別の栄養カウンセリングを行い、フレイル予防のための目標を話し合った。行動契約の目標宣言として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) たんぱく質を多く含む食品の摂取量を増やす。
- (2) 間食で牛乳や乳製品を摂るように心がける。
- (3) 今よりも体重が低下しないようにする。
- (4) 肉と魚を両方とも1日1回以上食べる。

103 K社では、社員の多くが食塩を過剰に摂取しており、健康への関心が薄い。そこで、社員食堂で減塩を目指し、ナッジを活用した取組を実施することにした。効果が見込める取組内容として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 社員の食塩摂取状況を、社員食堂の入口でデジタルサイネージに表示する。
- (2) 全てのメニューの食塩相当量を、社員食堂の食券販売機に掲示する。
- (3) 食塩を多く含むメニューを、提供しないようにする。
- (4) 減塩をアピールせずに、減塩メニューに魅力的な名称をつけて販売する。

104 ストレスマネジメントには、問題焦点コーピングと情動焦点コーピングがある。毎日の離乳食作りが負担になっている母親のストレスマネジメントである。母親の行動とコーピングの組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 友人に、離乳食作りの苦勞について話を聞いて _____ 問題焦点コーピングもらう。
- (2) 離乳食作りは一生続くわけではないと自分に言 _____ 問題焦点コーピングい聞かせる。
- (3) 夫婦で、離乳食作りの分担について話し合う。 _____ 問題焦点コーピング
- (4) 負担を感じたときに利用できる市販の離乳食を _____ 情動焦点コーピング常備する。
- (5) 離乳食作りの動画を視聴して、負担軽減の方法 _____ 情動焦点コーピングを考える。

105 K大学では一人暮らしの1年生に対して、5月の連休明けに、自宅での食事作りをサポートすることになった。参加者のグループダイナミクスが期待できる取組として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 自宅で食事を作るようになった先輩の話を聞かせた上で、各自の感想をオンラインフォームに入力してもらう。
- (2) 各自で、自宅での食事作りの目標を設定してもらう。
- (3) 食事作りの悩みや苦勞していることについて、グループに分かれて話し合ってもらおう。
- (4) グループに分かれて、インターネットで簡単そうなレシピを探してもらう。

106 若い世代の魚離れが進んでいる漁港のある町で、子育て中の保護者を対象に魚食推進の食育プログラムを計画した。プリシード・プロシードモデルの項目とアセスメント内容の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 行動とライフスタイル ———— 漁港から魚類を安価で入手できる方法を知っている者の割合
- (2) 環境 ———— 家庭で魚料理を作る頻度
- (3) 準備要因 ———— 魚の調理を面倒と思わない者の割合
- (4) 強化要因 ———— 地域のスーパーマーケットにおける魚類の販売状況
- (5) 実現要因 ———— 地場産の魚類の名前を知っている者の割合

107 健康教育において、目標設定を行うために SMART の法則を用いた。SMART を構成する5つの項目である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) Specific
- (2) Measurable
- (3) Achievable
- (4) Representative
- (5) Time-bound

108 正常高値血圧の人を対象とした教室を開催することになり、栄養教育の目標を設定した。目標の内容と種類の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 減塩調味料を常備している家庭の割合を、60%以上に増やす。 _____ 実施目標
- (2) 食塩摂取量の目標が6g/日未満であることを知っている人の割合を、70%以上に増やす。 _____ 学習目標
- (3) 減塩メニューがある飲食店を利用する人の割合を、50%以上に増やす。 _____ 環境目標
- (4) 教室に最後まで参加した人の割合を、70%以上にする。 _____ 結果目標
- (5) 半年後に参加者の収縮期血圧の平均値を、3mmHg下げる。 _____ 行動目標

109 K女子高校で「やせ」をテーマとした食育を、全校生徒を対象に実施することになった。効果的な実施方法として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 養護教諭が、過度なダイエット行動の危険性について動画を作成し、視聴を勧める。
- (2) 教育委員会の栄養教諭が、簡易な食事記録用紙を作成し、生徒に配布する。
- (3) 家庭科クラブの生徒が、家庭科教員のレクチャーを含めたワークショップを企画し実施する。
- (4) 生徒会が、やせ防止に関するポスターコンテストを開催し、入賞作品を食堂に掲示する。

110 地域在住高齢者を対象に、フレイル予防の食事講座を5回シリーズで開催した。

事業に対する評価の内容と種類の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 講座終了後に参加者同士のグループが形成され、仲が深まったと感じている者の割合 _____ 企画評価
- (2) 講座で使用した教材は分かりやすかったと回答した者の割合 _____ 経過評価
- (3) 講座終了後に食品摂取の多様性得点が改善した者の割合 _____ 形成的評価
- (4) 講座の参加費が適正であると回答した者の割合 _____ 経済評価
- (5) フレイル予防には食事が大切であると理解できた者の割合 _____ 結果評価

111 診療報酬における加算および指導料と、その算定の規定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) 個別栄養食事管理加算 _____ 感染対策チームに管理栄養士が参画している。
- (2) 栄養サポートチーム加算 _____ 栄養治療実施計画を作成する。
- (3) 入院栄養食事指導料 _____ 入院中3回まで算定できる。
- (4) 集団栄養食事指導料 _____ 1回の指導時間は20分とする。
- (5) 早期栄養介入管理加算 _____ 回復期リハビリテーション病棟に入院中の患者を対象とする。

112 臨床栄養における行為とそれに対応する用語の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 患者が治療に積極的に参加する。 ————— クリニカルパス
- (2) 栄養食事指導前に患者の氏名を確認する。 ——— 守秘義務
- (3) 患者の低栄養の重症度を判定する。 ——— リスクマネジメント
- (4) 栄養介入の内容を患者に説明し、同意を得る。 ——— インフォームド・コンセント
- (5) 患者が医師の指示に従い治療を受ける。 ——— ノーマリゼーション

113 骨格筋量をアセスメントするための指標である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 腹囲
- (2) 下腿周囲長
- (3) フィッシャー比
- (4) 尿中ナトリウム排泄量
- (5) 呼吸商

114 傷病者のエネルギー必要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) ハリス - ベネディクト (Harris-Benedict) の式で算出された値は、推定エネルギー必要量である。
- (2) ハリス - ベネディクト (Harris-Benedict) の式には、体表面積を用いる。
- (3) 脳梗塞により意識障害をきたした患者のエネルギー必要量は、基礎代謝量の1.5倍とする。
- (4) 安静時エネルギー消費量は、間接熱量計で測定できる。
- (5) 重症熱傷患者では、NPC/N を健常時より高くする。

115 静脈栄養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) 末梢静脈栄養では、2,500 kcal/日の投与ができる。
- (2) 末梢静脈栄養では、浸透圧比(血漿浸透圧との比)を5とする。
- (3) 脂肪は、1.5 g/kg/時の速度で投与する。
- (4) 中心静脈栄養では、糖質濃度 20% の維持液の使用が可能である。
- (5) 中心静脈栄養は、経腸栄養に比べてバクテリアルトランスロケーションを起こしにくい。

116 77 歳、男性。身長 160 cm、体重 45 kg、BMI 17.6 kg/m²。ここ 1 か月ほど、ほとんど食事を摂れていなかった。3 か月前の体重 55 kg。血液検査結果は、尿素窒素 10 mg/dL、クレアチニン 0.8 mg/dL。この患者が近医に入院し、1 日当たりエネルギー 1,500 kcal、アミノ酸 45 g、脂肪 20 g の静脈栄養が、入院初日から開始された。投与 2 日後、意識障害に陥り、K 病院に転院した。転院時の血液検査結果として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) カリウム値の上昇
- (2) マグネシウム値の上昇
- (3) ビタミン B₁ 値の上昇
- (4) リン値の低下
- (5) インスリン値の低下

117 食品が医薬品に及ぼす影響に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 牛乳は、ビスホスホネート薬の効果を減弱する。
- (2) グレープフルーツジュースは、カルシウム拮抗薬の効果を減弱する。
- (3) クロレラは、ワルファリンの効果を増強する。
- (4) セント・ジョーンズ・ワートは、テオフィリンの効果を増強する。
- (5) 納豆は、スタチンの効果を増強する。

118 大規模災害の被災地で、数か月にわたり在宅避難している高齢者の栄養アセスメントを行った。その中に皮下出血や歯茎からの出血がみられる者がいた。この症状から欠乏が疑われるビタミンとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) ビタミン A
- (2) ビタミン B₁
- (3) ビタミン B₂
- (4) ナイアシン
- (5) ビタミン C

119 糖尿病治療薬とその主作用に関する記述である。

誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) α -グルコシダーゼ阻害薬は、二糖類の分解を抑制する。
- (2) SGLT2 阻害薬は、尿細管での糖再吸収を抑制する。
- (3) ビグアナイド薬は、肝臓での糖新生を抑制する。
- (4) GLP-1 受容体作動薬は、インクレチン分解を抑制する。
- (5) スルホニル尿素(SU)薬は、インスリン分泌を促進する。

120 高キロミクロン血症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) 炭水化物の摂取エネルギー比を 65%E 以上とする。
- (2) 脂肪の摂取エネルギー比を 15%E 以下とする。
- (3) n-3 系多価不飽和脂肪酸の摂取を制限する。
- (4) 果汁飲料の摂取を増やす。
- (5) アルコールの摂取量の上限を 40 g/日とする。

121 55歳、男性。会社員。運動習慣なし。電車通勤片道1時間。健康診断で高尿酸血症を指摘され医療機関を受診した。医師より薬物治療を勧められたが、本人の希望で服薬せずに食事療法を開始することになり、栄養食事指導を行った。身長170 cm、体重65 kg、BMI 22.5 kg/m²。空腹時の血液検査値は、血糖95 mg/dL、HbA1c 5.3%、尿酸8.2 mg/dL、LDL コレステロール125 mg/dL、HDL コレステロール65 mg/dL、トリグリセリド115 mg/dL。表は、患者から聞き取った普段の食事内容である。優先すべき栄養食事指導の内容として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 主菜(魚、肉、卵、大豆)の量を少なくする。
- (2) 卵は1日に1個までにする。
- (3) 野菜料理を追加する。
- (4) 禁酒を勧める。

表 普段の食事内容

朝食	昼食(弁当)	夕食
ご飯(150 g)	ご飯(200 g)	ご飯(150 g)
納豆(40 g)	卵焼き(3切れ)	刺身(100 g)
鶏卵(1個)	鶏唐揚げ(60 g)	冷奴(200 g)
味噌汁(1杯)	ウインナー(40 g)	肉野菜炒め(1皿)
	温野菜(80 g)	焼酎(25度)(360 mL)
	マヨネーズ(10 g)	

122 膵炎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) 急性膵炎で激しい上腹部痛がある場合、成分栄養剤を用いて経腸栄養を行う。
- (2) 急性膵炎患者の食事開始時は、脂質 10 g/日以下とする。
- (3) 慢性膵炎非代償期では、たんぱく質を 0.8 g/kg 標準体重/日に制限する。
- (4) 慢性膵炎非代償期では、脂溶性ビタミンの摂取を制限する。
- (5) 慢性膵炎非代償期で二次性糖尿病がみられる場合、エネルギー量は 20 kcal/kg 標準体重に制限する。

123 消化器疾患と摂取を制限すべき栄養素等の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 逆流性食道炎 ————— 炭水化物
- (2) 胆石症 ————— カルシウム
- (3) たんぱく質漏出性胃腸症 ———— たんぱく質
- (4) 潰瘍性大腸炎寛解期 ————— 水分
- (5) クロウン病活動期 ————— 脂肪

124 57歳、男性。高校教諭。狭心症の外来患者。身長176 cm、体重70 kg、BMI 22.6 kg/m²。血圧145/85 mmHg。空腹時の血液検査値は、LDL コレステロール 150 mg/dL、HDL コレステロール 52 mg/dL、トリグリセリド 136 mg/dL。この患者の1日当たりの目標栄養量を、コレステロール 200 mg/日未満、食塩 6.0 g/日未満とした。これと併せて設定した、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。

	エネルギー (kcal/日)	脂肪 (g/日)	飽和脂肪酸 (g/日未満)
(1)	1,600	40	15
(2)	1,600	55	20
(3)	2,000	45	15
(4)	2,000	45	20
(5)	2,000	60	20

125 75歳、女性。心不全。軽度の身体活動で呼吸苦があり、状態が悪化して入院となった。浮腫も認められ、利尿薬の投与が開始された。身長150 cm、体重45 kg、BMI 20.0 kg/m²。空腹時の血液検査値は、ナトリウム 135 mEq/L、カリウム 4.0 mEq/L、クレアチニン 0.6 mg/dL。かろうじて経口摂取ができています。この患者の1日当たりの目標栄養量として、最も適切なものはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギーは、1,600 kcal とする。
- (2) たんぱく質は、60 g とする。
- (3) 食塩は、3 g とする。
- (4) 水分は、2,000 mL とする。

126 45歳、女性。会社員。CKD。身長153 cm、体重50 kg、BMI 21.4 kg/m²。血圧145/92 mmHg。食塩摂取量を推定するために24時間蓄尿を行ったところ、尿量1.0 L、尿中ナトリウム濃度255 mEq/Lであった。この患者の尿中食塩排泄量(g/日)として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 5
- (2) 8
- (3) 10
- (4) 12
- (5) 15

127 62歳、男性。無職。糖尿病腎症。身長165 cm、体重63 kg、目標体重60 kg。血圧148/92 mmHg。空腹時の血液検査値は、血糖151 mg/dL、HbA1c 8.4%、尿素窒素38 mg/dL、クレアチニン1.3 mg/dL、eGFR 45 mL/分/1.73 m²、カリウム5.7 mEq/L。尿アルブミン/クレアチニン比350 mg/gCr。この患者の1日当たりの目標栄養量として、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、30 g とする。
- (3) 脂肪は、20 g とする。
- (4) 食塩は、7.5 g とする。
- (5) カリウムは、1,800 mg とする。

128 腎疾患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) 一次性ネフローゼ症候群では、LDL コレステロール値が低下する。
- (2) 急性腎障害(AKI)では、血清クレアチニン値が低下する。
- (3) 微小変化型ネフローゼ症候群では、たんぱく質摂取量を0.8 g/kg 標準体重/日とする。
- (4) 急性糸球体腎炎の乏尿期では、食塩を5 g/日とする。
- (5) 腹膜透析では、食事のエネルギー量は、目標エネルギー量から、腹膜吸収ブドウ糖のエネルギー分を差し引いて求める。

129 ステロイド薬を服用している患者に対して栄養食事指導を行うことになった。この患者に認められる所見である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 免疫力の低下
- (2) 高血圧
- (3) 食欲の亢進
- (4) 高カリウム血症
- (5) 耐糖能異常

130 神経疾患の病態、診断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) 食行動異常は、認知症の中核症状である。
- (2) 認知症のスクリーニングには、DESIGN-R[®]が用いられる。
- (3) パーキンソン病では、嚥下障害がみられる。
- (4) パーキンソン病では、エネルギー目標量を安静時エネルギー消費量の2倍とする。
- (5) レボドパ(L-ドーパ)は、薬の効果を高めるために、高たんぱく質食と一緒に内服する。

131 14歳、女性。神経性やせ症。BMI 16.5 kg/m²。母親に伴われ外来受診した。初回の栄養食事指導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か月後の体重増加目標量を定める。
- (2) 体重を毎日測定するように指示する。
- (3) 過食症状の有無を確認する。
- (4) 食欲が増すように運動を推奨する。
- (5) 栄養バランスを整えるように食事内容を指導する。

132 80歳、男性。ADL自立。身長155 cm、体重47 kg、BMI 19.6 kg/m²。標準体重53 kg。握力20 kg。サルコペニアと診断された。血液検査値は、アルブミン3.2 g/dL、クレアチニン0.6 mg/dL、尿素窒素12 mg/dL。たんぱく尿(-)。この患者の1日当たりの目標栄養量の組合せとして、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) | 1,000 | 40 |
| (2) | 1,600 | 40 |
| (3) | 1,600 | 65 |
| (4) | 2,000 | 100 |

133 食物アレルギーと除去対象となる食品・原材料の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 牛乳アレルギー ————— 牛肉
- (2) 鶏卵アレルギー ————— 卵殻カルシウム
- (3) 大豆アレルギー ————— 緑豆もやし
- (4) カシューナッツアレルギー ———— ピスタチオ
- (5) 小麦アレルギー ————— 麦芽糖

134 イレウスにより空腸の一部、回腸全体および回盲弁を切除し、空腸と結腸を吻合した。残存小腸は約 100 cm であった。この患者の病態の経過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) 第Ⅰ期(術直後期)には、腸蠕動運動の亢進後に腸管麻痺が起こる。
- (2) 第Ⅰ期(術直後期)には、経腸栄養法とする。
- (3) 第Ⅱ期(回復適応期)には、下痢の回数が増加する。
- (4) 第Ⅱ期(回復適応期)には、経口摂取を禁忌とする。
- (5) 第Ⅲ期(安定期)には、ビタミン B₁₂ を注射により補給する。

135 重度嚥下障害患者の直接訓練で用いる食品である。

最も適当なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 麦茶
- (2) とろみ茶
- (3) おもゆ
- (4) よく潰したバナナ
- (5) 絹ごし豆腐

136 メープルシロップ尿症の治療用ミルクで除去されているアミノ酸である。

最も適当なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) フェニルアラニン
- (2) トリプトファン
- (3) メチオニン
- (4) ロイシン
- (5) スレオニン

137 公衆栄養活動に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 傷病者の治療を目的として行う。
- (2) ソーシャルキャピタルは、公衆栄養活動のための財源である。
- (3) コミュニティオーガニゼーションは、住民参加を通して、地域に存在する諸問題を解決に導く過程である。
- (4) ポピュレーションアプローチでは、特定健康診査においてリスクありと判定された個人に対して、働きかけを行う。
- (5) エンパワメントのための公衆栄養活動は、自治体を中心となって行う。

138 平成 22(2010)年～令和元(2019)年の国民健康・栄養調査における 20 歳以上の身体および栄養・食生活の状況に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 男性における肥満者(BMI 25 kg/m²以上)の割合は、減少している。
- (2) 女性におけるやせの者(BMI 18.5 kg/m²未満)の割合は、減少している。
- (3) 65 歳以上の高齢者における低栄養傾向の者(BMI 20 kg/m²以下)の割合は、増加している。
- (4) 令和元(2019)年の食塩摂取量の平均値は、男女ともに 40～50 歳台よりも 60 歳以上で多い。
- (5) 野菜摂取量の平均値は、増加している。

139 食料需給表から算出された、わが国の食料自給率のうち、米、野菜、果実、鶏卵の品目別自給率(重量ベース)の年次推移である(図)。鶏卵については、飼料自給率を考慮した値である。図のa～dに該当する食品の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- | | | | | |
|-----|----|----|----|----|
| | a | b | c | d |
| (1) | 鶏卵 | 米 | 果実 | 野菜 |
| (2) | 鶏卵 | 米 | 野菜 | 果実 |
| (3) | 米 | 鶏卵 | 野菜 | 果実 |
| (4) | 米 | 果実 | 野菜 | 鶏卵 |
| (5) | 米 | 野菜 | 果実 | 鶏卵 |

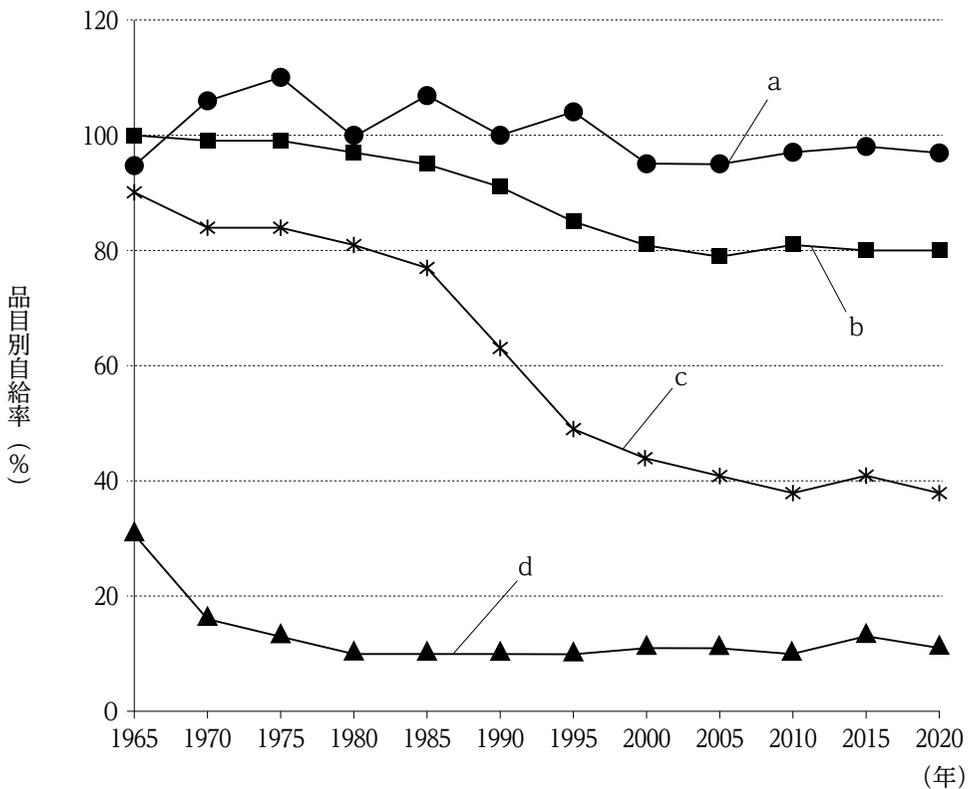


図 品目別自給率(重量ベース)の推移

鶏卵の値は、飼料自給率を考慮している。

140 世界の健康・栄養問題の現状と課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) 死亡者数は、NCDs によるものが最も多い。
- (2) COVID-19 は、NCDs に分類される。
- (3) 2000 年以降、低中所得国の NCDs による死亡者数は、減少傾向にある。
- (4) 主要先進国(G7)においては、過去 20 年で成人の肥満者の割合が減少している。
- (5) 日本におけるナトリウム摂取量は、北アメリカに比べて少ない。

141 健康増進法に定められている事項と、その実施者の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 食事摂取基準の策定 ————— 内閣総理大臣
- (2) 特別用途表示の許可 ————— 内閣総理大臣
- (3) 国民健康・栄養調査の調査世帯の指定 ——— 厚生労働大臣
- (4) 栄養指導員の任命 ————— 厚生労働大臣
- (5) 健康診査の実施等に関する指針の策定 ——— 都道府県知事

142 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) 大正時代に制定された。
- (2) 栄養士は、特定多数人に対して継続的に食事を供給する施設において、特別の配慮を必要とする給食管理を行うことを業とする者と定義されている。
- (3) 管理栄養士は、傷病者に対する療養のために必要な栄養の指導を行うことを業とする者と定義されている。
- (4) 管理栄養士免許は都道府県知事が与えることについて定めている。
- (5) 国民健康・栄養調査員の任命について定めている。

143 健康日本 21(第三次)における目標である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 適正体重を維持している者の増加(肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少)
- (2) 果物摂取量の改善
- (3) 地域等で共食している者の増加
- (4) 食品ロス削減のために何らかの行動をしている者の増加
- (5) 「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」の推進

144 第4次食育推進基本計画に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 各都道府県において策定されている。
- (2) 計画期間は、12年間である。
- (3) 「持続可能な食を支える食育の推進」を重点事項としている。
- (4) 「20歳未満の者の飲酒をなくす」という目標項目がある。
- (5) 食育推進計画を作成・実施している市町村を80%にする目標値を設定している。

145 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) 対象者は、住民基本台帳から無作為に抽出する。
- (2) 栄養摂取状況調査の対象者は、6歳以上である。
- (3) 栄養摂取状況調査は、日曜日または祝祭日に実施する。
- (4) 栄養摂取状況調査は、陰膳法を用いる。
- (5) 栄養素等摂取量の算出では、調理による食品中の栄養素量の変化を考慮している。

146 食事バランスガイドにおける料理区分と「1つ(SV)」基準の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 主食 ————— 主材料に由来する炭水化物として 80 g
- (2) 副菜 ————— 主材料の重量として 100 g
- (3) 主菜 ————— 主材料に由来するたんぱく質として 6 g
- (4) 牛乳・乳製品 ——— 主材料に由来するカルシウムとして 200 mg
- (5) 果物 ————— 主材料の重量として 50 g

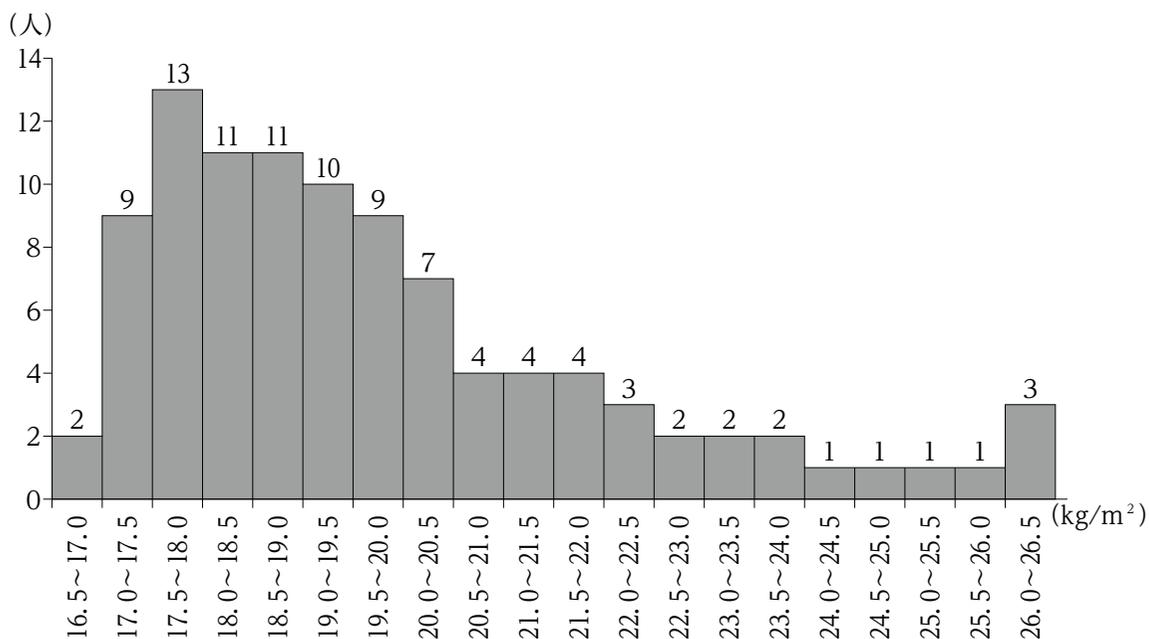
147 集団の栄養素等摂取量を評価するために行う食事記録法に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 食事記録法のうち、目安量法は、秤量法に比べて摂取量推定の誤差が小さい。
- (2) 陰膳法に比べて、対象者1人当たりの調査費用が高い。
- (3) 24時間食事思い出し法に比べて、対象者の負担が小さい。
- (4) 食物摂取頻度調査法に比べて、対象者の記憶に依存する。
- (5) 食物摂取頻度調査法に比べて、調査員の負担が大きい。

148 K 地域における 20 歳台女性 100 人の BMI の分布である(図)。この集団のエネルギー摂取状況について、日本人の食事摂取基準(2020 年版)を用いて評価した。こ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) BMI の中央値のある階級は、17.5~18.0 kg/m²である。
- (2) BMI の中央値と平均値は、同じである。
- (3) エネルギー摂取量の不足者の割合は、35% である。
- (4) エネルギー摂取量の過剰者の割合は、16% である。
- (5) エネルギー摂取量が適切である者の割合は、30% である。



※区間の上限は未満である。

図 BMI の分布 (n=100)

149 公衆栄養マネジメントに関する記述である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 地域診断の結果を基に、PDCA サイクルに従って進める。
- (2) プリシード・プロシードモデルの最終目標は、QOLの向上である。
- (3) 課題解決型アプローチでは、目指す姿を、専門家ではなく住民が主体となって決定する。
- (4) 目標達成までの取組期間を明示する。
- (5) 投入した資源に対する、公衆栄養活動の効果を評価する。

150 公衆栄養アセスメントに用いる統計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) 平均寿命 ————— 国民生活基礎調査
- (2) 幼児の朝食習慣 ————— 乳幼児栄養調査
- (3) 学校給食実施率 ————— 学校保健統計調査
- (4) 食中毒の患者数 ————— 感染症発生動向調査
- (5) 健診・人間ドックの受診状況 ————— 患者調査

151 地域において公衆栄養プログラムを展開するための社会資源に関する記述である。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 民間企業は、スマート・ライフ・プロジェクトに参画することができない。
- (2) 食生活改善推進員は、市町村の職員として公衆栄養活動を行う。
- (3) 栄養ケア・ステーションは、市町村が設置する。
- (4) 行政の管理栄養士の役割として、食育推進のためのネットワークの構築がある。
- (5) 地域ケア会議は、都道府県知事が開催する。

152 母子に対する公衆栄養に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 未熟児の訪問指導の実施主体は、都道府県である。
- (2) 乳児の健康診査の対象月齢は、全国で統一されている。
- (3) 乳幼児健康診査の受診者に対する支援方法の決定には、医師の指示が必要である。
- (4) 「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」には、飲酒に関する記載がある。
- (5) 「授乳・離乳の支援ガイド」では、離乳食を進める際は月齢を最優先することと記載されている。

153 特定給食施設が給食を通して担うことのできる役割である。

誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 給食を活用した栄養教育
- (2) 望ましい食習慣の形成
- (3) 不特定かつ多数の者の栄養管理
- (4) 利用者の食環境の整備
- (5) 健康の保持増進

154 健康増進法に基づく、特定給食施設と管理栄養士の配置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) 昼食を100食提供する保育所 ————— 配置しなければならない。
- (2) 朝食、昼食、夕食をそれぞれ150食提供する介護老人福祉施設 ——— 配置しなければならない。
- (3) 朝食、昼食、夕食をそれぞれ250食提供する介護老人保健施設 ——— 配置しなければならない。
- (4) 朝食、昼食、夕食を合わせて800食提供する病院 ——— 配置するように努めなければならない。
- (5) 従業員の8割が利用する、1日1,500食提供する従業員食堂 ——— 配置するように努めなければならない。

155 給食経営管理におけるサブシステムと、その主な目的の組合せである。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 栄養・食事管理 ————— 大量調理機器の購入計画の作成
- (2) 品質管理 ————— 計画どおりの食事の提供
- (3) 提供管理 ————— 調理従事者の労働安全性の確保
- (4) 人事・労務管理 ————— 献立作成基準の設定
- (5) 施設・設備管理 ————— 作業工程計画に沿った食事の生産

156 給食施設における管理栄養士の業務と、その業務に関して連携することが望ましい

他職種の組合せである。最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 保育所での児の食事摂取状況の把握 ————— 健康運動指導士
- (2) 小学校給食の配膳指導 ————— スクールカウンセラー
- (3) 事業所給食の給与栄養目標量の設定 ————— 食品衛生監視員
- (4) 病院での患者の食事摂取量の把握 ————— 臨床検査技師
- (5) 病院での摂食嚥下機能障害がある患者に対する食形態の決定 ————— 言語聴覚士

157 小学校の給食業務を外部委託している自治体が、給食受託会社に委託できる業務である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) アレルギー対応の献立作成
- (2) 食材料の調達
- (3) 調理従事者の健康チェック表の点検・確認
- (4) 調理作業時の異物の確認
- (5) 調理機器の保守点検

158 K病院では直営で給食を運営し、調理システムはクックサーブシステムを採用している。人的資源不足に対応した取組に関する記述として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 調理する献立の品数を増やす。
- (2) 加工度の高い食材料から加工度の低い食材料に切り替える。
- (3) 大量調理機器の稼働率を下げる。
- (4) 中央配膳方式から病棟配膳方式に切り替える。
- (5) 朝食をアッセンブリーサーブシステムで運用する。

159 食単価契約で給食を運営している K 事業所における、給食販売価格の構成である(図)。図の a ~ c に該当する用語の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- | | | |
|----------|------|-----|
| a | b | c |
| (1) 直接費 | 製造原価 | 利益 |
| (2) 直接費 | 製造原価 | 売上高 |
| (3) 直接費 | 総原価 | 利益 |
| (4) 製造原価 | 総原価 | 利益 |
| (5) 製造原価 | 総原価 | 売上高 |

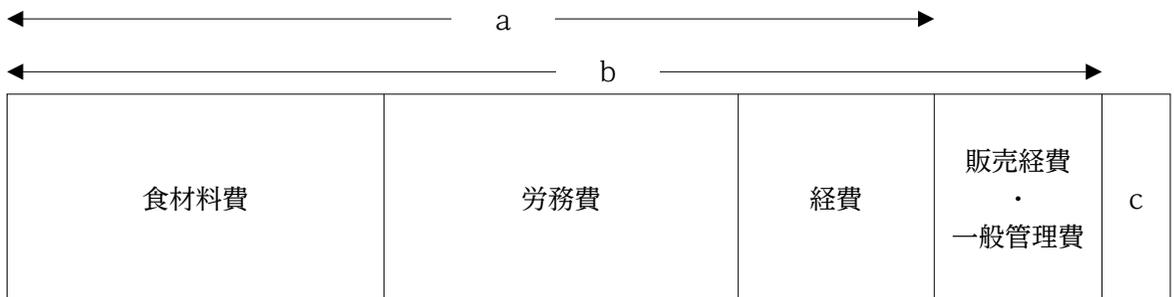


図 K 事業所における給食販売価格の構成

160 ある社員食堂では、利用率を高めるための対策を検討している。取り組む内容とマーケティング用語の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------|
| (1) 提供メニューが購入された時間と食数の情報を管理する。 | merchandising |
| (2) 売上成長率と売上構成比から、既存メニューの位置づけを知る。 | product portfolio management |
| (3) 期間限定メニューを商品化する計画を立てる。 | point of sales |
| (4) 新規メニューの写真入りポスターを社内に掲示する。 | place |
| (5) 新規メニューをテイクアウトコーナーで販売する。 | promotion |

161 ある工場の従業員食堂では、昼食に定食を毎日提供している。表は、1か月を30日とした場合の、定食の主食種類別の提供頻度(表1)と、食品構成表の抜粋(表2)である。主食に使用する1人1食当たりの米の純使用量(g)として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 40
- (2) 50
- (3) 60
- (4) 70
- (5) 90

表1 定食の主食種類別の提供頻度

主食の種類	回/月
ご飯	20
パン	3
めん	7

表2 定食の食品構成表(抜粋)

食品群	小分類	重量(g)	エネルギー(kcal)
穀類	米類	60	215
	パン類	6	18
	めん類	30	51
	その他穀類	4	15

162 給食の品質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) 設計品質は、発注書で示される。
- (2) 設計品質は、検収簿で確認できる。
- (3) 適合品質は、検食簿で評価する。
- (4) 適合品質は、利用者の満足度調査の結果で評価する。
- (5) 総合品質は、献立表で評価する。

163 ブロッコリーのサラダを調理する。1人当たりの純使用量を60g、廃棄率を40%とした場合、300人分のブロッコリーの使用量(kg)として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 10.8
- (2) 18.0
- (3) 25.2
- (4) 30.0
- (5) 45.0

164 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) 年間の価格変動が大きい生鮮果物は、指名競争入札方式で購入する。
- (2) 生鮮カット野菜は、1週間ごとに一括購入する。
- (3) 食肉類は、納入時の品温が10℃以下であることを確認する。
- (4) トッピング用のかつお節は、検収を省略できる。
- (5) 同じ料理に使う食肉類と野菜類は、まとめて同じ容器に保管する。

165 給食の生産・提供システムに関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) コンベンショナルシステムでは、前倒し調理による計画生産が可能である。
- (2) セントラルキッチンシステムでは、サテライトキッチンで調理した料理をセントラルキッチンに配送する。
- (3) 真空調理システムでは、低温加熱により食材料の風味を逃さず軟らかく調理することができる。
- (4) クックサーブシステムでは、調理した料理を急速冷凍して、提供日まで保管する。
- (5) クックチルシステムでは、加熱調理後の料理を90分以内に5℃まで冷却する。

166 白身魚のフライと人参のサラダの作業動線の案を作成した(図)。図中の機器・設備の配置は変えずに、適切な作業動線となるよう、見直すべき事項として、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 検収した人参を洗浄するシンク
- (2) 下処理後の人参を加熱機器に運ぶ動線
- (3) 加熱後の人参を冷却機器に運ぶ動線
- (4) 加熱後の人参を冷却する機器
- (5) 冷却後の人参を調味する作業場所

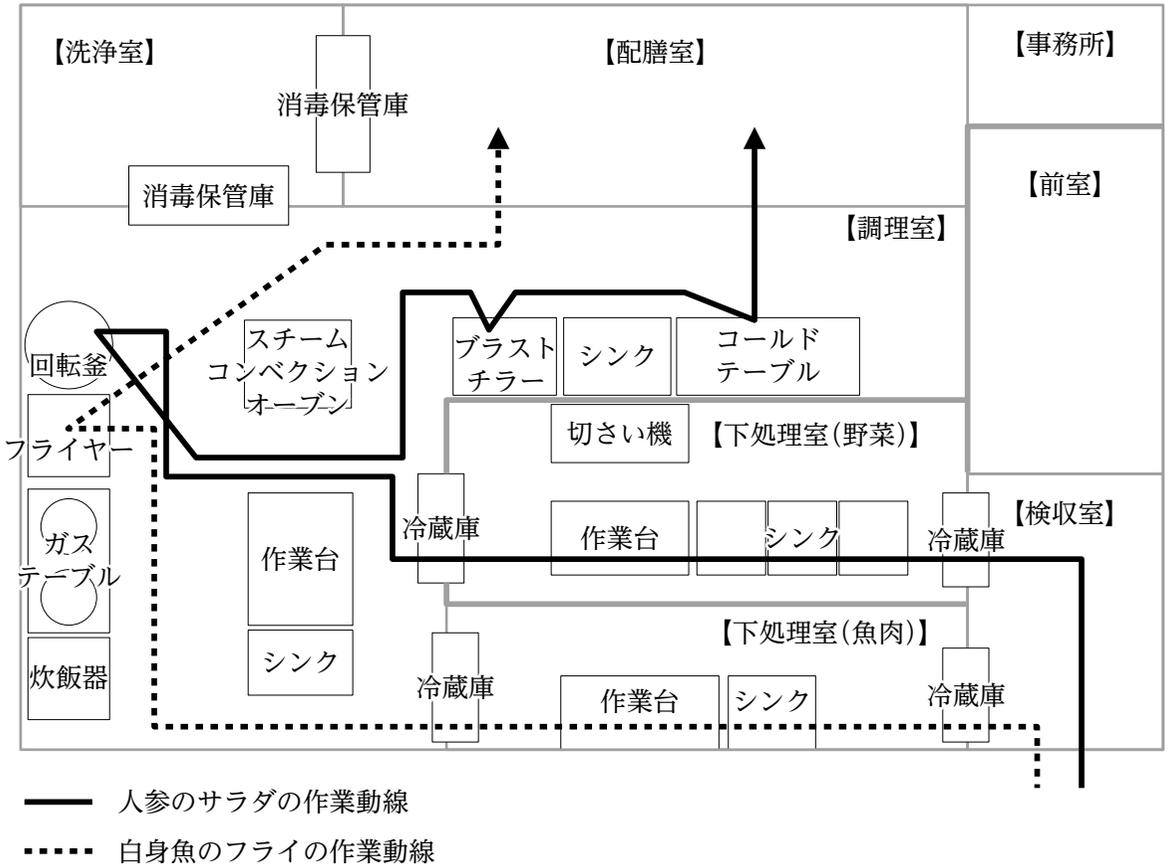
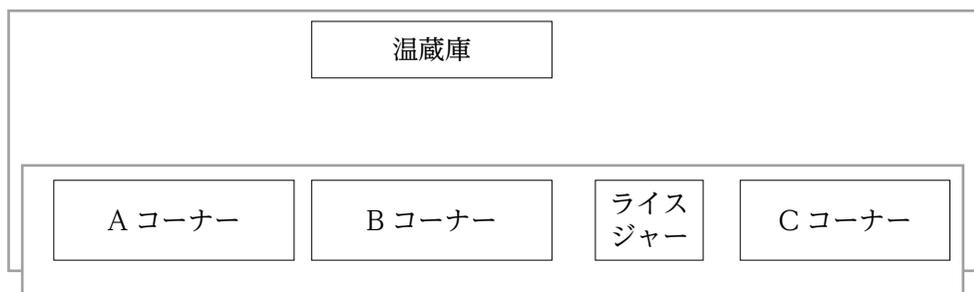


図 作業動線の案

167 K 事業所の食堂では、対面サービス方式で給食を提供している(図)。各料理を適温で効率よく安全に提供したい。鶏の唐揚げ(付け合わせ：トマト、レタス)、小松菜のお浸し、味噌汁、ご飯の献立の場合、提供場所(A～C コーナー)と料理の組合せとして、最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- | A コーナー | B コーナー | C コーナー |
|-------------|---------|---------|
| (1) 鶏の唐揚げ | 小松菜のお浸し | 味噌汁 |
| (2) 鶏の唐揚げ | 味噌汁 | 小松菜のお浸し |
| (3) 小松菜のお浸し | 鶏の唐揚げ | 味噌汁 |
| (4) 小松菜のお浸し | 味噌汁 | 鶏の唐揚げ |
| (5) 味噌汁 | 鶏の唐揚げ | 小松菜のお浸し |



利用者の動線

図 配膳場所のレイアウト

168 給食施設において、鮭のムニエル(付け合わせ：トマト)を調理した。各調理工程における衛生管理上の問題とその際の対応に関する記述である。

最も適当なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 鮭の検収時の温度が8℃であったため、急速冷却した。
- (2) トマトの殺菌用の次亜塩素酸ナトリウム溶液の濃度が20 mg/Lであったため、殺菌時間を5分から15分間に延長した。
- (3) 消毒済みのトマトを魚用のバットで保管したため、トマトの細菌検査を実施した。
- (4) 鮭の加熱調理時の中心温度が70℃であったため、75℃以上になるまで加熱を続け1分間維持した。
- (5) 鮭のムニエルを保温するウォーマーの温度が50℃であったため、鮭をスチームコンベクションオーブンで再加熱した。

169 大量調理施設衛生管理マニュアルに基づく衛生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) 手指に化膿創がある場合は、手袋を着用して調理を行う。
- (2) フードカッターの取扱いは、床面から30 cmの場所で行う。
- (3) 加熱調理後に冷却した食品の一時保管は、下処理室で行う。
- (4) 貯水槽の水を使用する場合は、遊離残留塩素が0.1 mg/L以上であることを確認する。
- (5) 使用後の容器は、洗浄後60℃で5分間の加熱殺菌をする。

170 K 病院において、災害発生時の食事提供に関するマニュアルを更新する。更新に当たり、改めて確認が必要な内容として、誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 協力機関との連絡方法
- (2) 冷凍野菜の購入先
- (3) 電気・ガスが使えないときの熱源
- (4) 調理従事者の通勤手段
- (5) 食事の配膳・下膳方法

次の文を読み「171」、「172」、「173」に答えよ。

K市保健センターに勤務する管理栄養士である。乳幼児相談において、男児(8か月、第一子)の母親からの相談に応じている。

母親は、授乳や離乳食の与え方が適切かどうか自信がなく、男児の発育の状態を心配している。夫は育児に協力的だが、昼間は母親と男児の2人でおり、引っ越してきたばかりで近所に知り合いはいない。

171 図1は、男児の出生時からの身長と体重の変化を、母親が母子健康手帳の乳児身体発育曲線の図に記録したものである。図から読み取った結果を踏まえた、母親への管理栄養士の発言として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 身長、体重ともに成長に心配があります。
- (2) 身長の伸びに心配があります。
- (3) 身長に対して、体重が少ないようです。
- (4) 身長、体重ともに順調に成長しています。

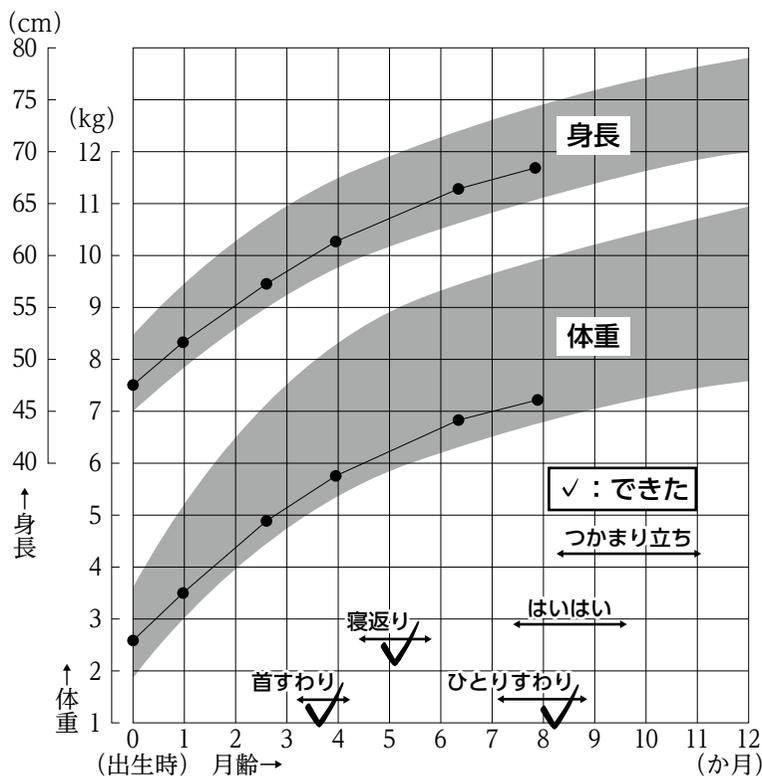


図1 男児の発育の記録

172 図2は、男児の授乳と離乳の状況を聞き取った内容である。この内容を踏まえた、母親への管理栄養士の助言として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 離乳食の全卵は、もう少し月齢が進んでからにしましょう。
- (2) 授乳の回数が少ないので、回数を増やしましょう。
- (3) 不足しがちな栄養素を補うため、フォローアップミルクを与えましょう。
- (4) 月齢や成長・発達の段階に応じた与え方ができています。

○授乳と離乳について

現在の授乳内容……母乳・ミルク・ <u>混合</u> ・フォローアップミルク・牛乳・その他 ()
回数と量……………(おおよそ5回。母乳は、子どもが欲しがるときに、あげている。 母乳中心。寝る前だけミルクを180 mL。)
授乳と食事の時間
<p style="text-align: center;">起床 授乳 離乳食+授乳 離乳食+授乳 授乳 授乳 就寝</p> <p style="text-align: center;">6:00 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 24:00 3:00</p>
離乳食を始めた月齢 主に与えている食品
(5)か月 (おかゆ、うどん、小松菜、白身魚、全卵、鶏ささみ、豆腐、バナナ)
水分補給の内容… <u>白湯</u> ・ <u>麦茶</u> ・ジュース・果汁・乳酸菌飲料・イオン飲料・その他 ()
離乳食の食べ方は口をもぐもぐしてから、ごっくんしているか …………… (はい) ・ いいえ

図2 男児の授乳と離乳の状況

173 今後に向けた、母親への管理栄養士の助言である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) お子さんの成長を確認するため、身長と体重を毎日計測してはいかがでしょうか。
- (2) 不安なことがあれば、インターネットで検索してみてもいかがでしょうか。
- (3) 保健センターで行う離乳後期向けの教室で、仲間づくりをしませんか。
- (4) お母さんが心配すぎるのは、お子さんにとってもあまり良くないですよ。

次の文を読み「174」、「175」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、40 歳、男性。喫煙習慣なし。一人暮らし。昔からお酒が好きだが、体重が増えてきたので、外食のビール 1 杯と家ではチューハイ 1 缶で我慢している。

小学生の頃に、サッカーを始め、大学まで打ち込んできた。就職してからもサッカーを趣味として続けていたが、忙しくなり 30 歳からやめている。30 歳台から体重が増加していたが、あまり気にしてこなかった。40 歳時の健診で、特定保健指導の動機付け支援の対象となった。身長 178 cm、体重 90 kg、BMI 28.4 kg/m²、腹囲 98.5 cm。20 歳時の体重 72 kg。

血圧 128/82 mmHg。空腹時の血液検査値は、総コレステロール 190 mg/dL、トリグリセリド 185 mg/dL、LDL コレステロール 110 mg/dL、HDL コレステロール 43 mg/dL、血糖 98 mg/dL、HbA1c 5.5%。

平日の食事内容は、表のとおりである。

表 対象者の平日の食事内容

朝食(コンビニで購入)	間食	昼食(社員食堂)	夕食(外食)	夜食(帰宅後)
おにぎり (ツナマヨと鮭を各 1 個)	カフェラテ (加糖 360 mL)	唐揚げ定食 ご飯(300 g)	とんこつラーメン(並盛 1 杯) 餃子(6 個)	チューハイ(500 mL) 冷奴(150 g)
あんパン(1 個)		唐揚げ(大 4 個)	ビール(中ジョッキ 1 杯)	枝豆(100 g)
野菜スムージー(1 パック)		ミックスサラダ(1 皿) わかめの味噌汁(1 杯)		

174 初回面接で、対象者は「食事のことはよく分からないので、運動で体重を減らしたいです。サッカーを再開するために、ジョギングを始めたいと思います。」と話した。3か月間で3kg減らす目標を設定した。体重のセルフモニタリングに加えて、運動と食事に関するプランを提案する。ジョギングの身体活動の強度は7メッツである。このプランに関する助言として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) ジョギングを毎日30分して、食事はそのままが良いですよ。
- (2) ジョギングを週4日、30分ずつして、食事はできそうなことからやってみましょう。
- (3) ジョギングを週2時間して、カフェラテは無糖にしましょう。
- (4) ジョギングを週3時間して、お酒をやめましょう。

175 3か月後の評価で、目標体重を達成していた。対象者は3か月間を振り返り、「体重を測ることが大事だと分かりました。体重を測れば、増えた理由を自分で考えるし、食事のことも気にするようになりました。」と話した。今後に向けた助言として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 体重管理に必要なスキルが身についたのは、素晴らしいですね。
- (2) 今後、体重を測ることを、周囲の人にも勧めてくださいね。
- (3) 食事にも関心を持たれるようになったので、食事内容の改善にも取り組んでみませんか。
- (4) 20歳時の体重を目標に、さらに体重を減らせるように頑張りましょう。

次の文を読み「176」、「177」に答えよ。

Kクリニックに勤務する管理栄養士である。

患者は、55歳、閉経後の女性。事務職。5年前に2型糖尿病を発症し、経口血糖降下薬を処方されている。糖尿病の合併症はない。

身長155 cm、体重56 kg、BMI 23.3 kg/m²。標準体重53 kg。血圧128/85 mmHg。空腹時の血液検査値は、血糖140 mg/dL、HbA1c 7.2 %、総コレステロール198 mg/dL、LDLコレステロール116 mg/dL、HDLコレステロール48 mg/dL、トリグリセリド185 mg/dL、尿酸5.8 mg/dL、AST 15 U/L、ALT 16 U/L、γGT 19 U/L、クレアチニン0.59 mg/dL。

医師から、エネルギー1,600 kcal/日を指示されている。

176 薬物療法により患者の病態は安定しているが、食事に不安があるとのことで、3か月ぶりに栄養食事指導を行うこととなった。患者から普段の食事内容を聞き取った(表1)。患者の優先すべき栄養上の問題として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

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

表1 患者の普段の食事内容

朝食	昼食	間食	夕食
ハニーバタートースト （食パン6枚切2枚 はちみつ15g バター15g）	和風たらこパスタ(1人前) トマトサラダ (トマト50g、たまねぎ40g)	ぶどうパン(2個) ミルクティー (無糖・牛乳60mL)	ご飯(200g) 焼き鮭(1切れ) ポテトサラダ (じゃがいも50g きゅうり10g にんじん10g)
ゆでブロッコリー(50g) カフェオレ (無糖・牛乳60mL) キウイフルーツ(1個)	バナナヨーグルト (バナナ1/2本 加糖ヨーグルト60g)		具だくさんの味噌汁 (豆腐30g、だいこん30g しめじ20g)

177 さらに3か月後に栄養食事指導を行った。体重 57 kg。空腹時の血液検査値は、血糖 138 mg/dL、HbA1c 7.4%、LDL コレステロール 109 mg/dL、HDL コレステロール 40 mg/dL、トリグリセリド 225 mg/dL、尿酸 6.5 mg/dL。表 2 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) 今の食事を続けましょう。
- (2) 主食は、今の半分量にしましょう。
- (3) 果物は、1日1回にしましょう。
- (4) 牛乳・乳製品は、1日1回にしましょう。

表2 食事メモ

朝食	昼食	間食	夕食
トースト(8枚切2枚) バター ツナサラダ (ツナ、レタス、トマト ノンオイルドレッシング) カフェオレ (無糖・牛乳 60 mL) バナナ(1本)	わかめうどん(1人前) ほうれん草の白和え 無糖ヨーグルト(60g)	ミルクティー (無糖・牛乳 60 mL) みかん(2個)	ご飯(150g) 豚カツ、キャベツ、トマト なすときのこの炒め物 きゅうりの酢の物 りんご(1/2個)

次の文を読み「178」、「179」、「180」に答えよ。

K リハビリテーション病院に勤務する管理栄養士である。

患者は、67 歳、女性。夫は他界しており、娘家族と同居。健診で、高血圧症を指摘されていた。

アテローム血栓性脳梗塞の発症後、急性期病院での治療を経て、右片麻痺に対する運動機能リハビリテーションのために当院へ転院してきた。軽度嚥下障害があるが、軟菜食と液体にはとろみを付けることで対応できている。

脳梗塞の発症前は、身長 156 cm、体重 63 kg、BMI 25.9 kg/m²。食事は、娘が準備しており、間食に自分で買ってきたみたらし団子をよく食べていた。

転院時は、体重 55 kg、BMI 22.6 kg/m²。血圧 120/62 mmHg。血清アルブミン値 3.2 g/dL、eGFR 92 mL/分/1.73 m²。安静時エネルギー消費量 1,100 kcal/日。

178 栄養管理計画の作成に当たり、医師等と連携して、この患者の 1 日当たりの栄養補給量を検討した。その組合せとして、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)	1,200	60
(2)	1,200	80
(3)	1,700	60
(4)	1,700	80

179 リハビリを開始して1週間が経過すると、運動はできているが食欲が低下し、約700 kcal/日しか摂取できなくなった。リハビリは継続する予定であるが、食欲回復には2週間以上要することを想定して、新たに栄養管理計画を作成することにした。不足分を補うため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) 経口栄養補助食品
- (2) 経鼻胃管栄養法
- (3) 末梢静脈栄養法
- (4) 中心静脈栄養法

180 その後、食欲は徐々に回復し、リハビリも順調に進んだ。1か月後、外来通院できることが確認できたため退院となり、退院後の食事内容について栄養食事指導を行うことになった。入院中は、日本摂食嚥下リハビリテーション学会の嚥下調整食分類2021のコード4(嚥下調整食4)の基準に合わせて、食事を提供していた。患者と家族に示す献立(料理)例として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 全粥ペーストのゼリー、湯豆腐、かぼちゃの煮物、かぶの味噌汁(とろみ付き)、プリン
- (2) 全粥、かれい煮魚、鶏団子と里芋・人参の煮物、ふろふき大根の銀あんかけ、バナナ
- (3) フレンチトースト、ひき肉入りオムレツ、コーンとキャベツのマヨネーズサラダ、みかん入りヨーグルト
- (4) 軟飯、蒸し鶏の甘酢あんかけ、きゅうりと春雨の酢の物、豆腐とわかめの味噌汁、みたらし団子

次の文を読み「181」、「182」、「183」に答えよ。

K 透析クリニックに勤務する管理栄養士である。

患者は、68歳、男性。15年前から高血圧症とCKDで通院加療し、食事療法を続けてきたが、病態が悪化してきたため当クリニックに転院し、週3回の血液透析に移行した。

身長165 cm、ドライウエイト65 kg、標準体重60 kg。尿量300 mL/日。血圧170/95 mmHg。透析開始前の血液検査値は、総たんぱく質6.8 g/dL、アルブミン3.3 g/dL、尿素窒素86 mg/dL、クレアチニン8.6 mg/dL、ナトリウム140 mEq/L、カリウム5.2 mEq/L、リン4.8 mg/dL、HbA1c 5.5%。

181 血液透析導入後の食事について、栄養食事指導を行った。この患者における指示たんぱく質量と指示カリウム量の組合せである。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

	たんぱく質 (g/日)	カリウム (mg/日)
(1)	35	1,500
(2)	70	1,500
(3)	35	2,000
(4)	70	2,000

182 血液透析導入1か月後に、2回目の栄養食事指導を行った。患者は、食事メモを持参した(表)。患者への助言として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 朝食に、牛乳を加えましょう。
- (2) 昼食の天井は、野菜のかき揚げ丼にしましょう。
- (3) 夕食の揚げ出し豆腐は、湯豆腐にしましょう。
- (4) 夕食のいも料理は、1品に減らしましょう。

表 食事メモ

朝食	昼食	夕食
ご飯(160g)	天井	ご飯(200g)
卵焼き(卵1/2個)	(ご飯200g、きす2尾)	つくねの甘だれ焼き(100g)
焼きなす(なす1本)	(えび3本、かぼちゃ1切)	じゃがいもの煮物(小鉢1杯)
紅白なます(小鉢1杯)	こまつなと油揚げの煮びたし	揚げ出し豆腐(100g)
りんご(1/4個)	(小鉢1杯)	山芋のすりおろし(小鉢1杯)

183 栄養食事指導の際、患者から「間食を摂りたい。」と相談があった。患者に適した間食の例として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 芋かりんとう 30g
- (2) マッシュマロ 30g
- (3) ヨーグルト 75g
- (4) きんつば 50g

次の文を読み「184」、「185」、「186」に答えよ。

K 総合病院の在宅診療部に勤務する管理栄養士である。

患者は、76歳、独居男性。脳梗塞後遺症により要支援1。嚥下機能に問題はない。高血圧症のため通院加療を続けていた。最終通院時、血圧112/68 mmHg、身長167 cm、体重62 kg、BMI 22.2 kg/m²。

1週間前に、発熱、咽頭痛が生じ、近医を受診したところ、新型コロナウイルス感染症と診断された。自宅での薬物療法により、発熱、咽頭痛は改善された。解熱鎮痛薬服用6日目に、心窩部痛と食欲不振が出現した。翌日になっても症状が改善しないため、近医から当院に連絡があり、担当医が男性宅を訪問し、診療した。

口渇を訴えているものの、心窩部痛があるため市販のゼリー飲料と経口補水液のみを摂取していた。尿検査を行ったところ、濃縮尿であった。入院加療の必要性はないと担当医が判断し、在宅で加療することとなった。

184 この時点での対症療法として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 経鼻胃管栄養法
- (2) 胃瘻栄養法
- (3) 末梢静脈栄養法
- (4) 中心静脈栄養法

185 担当医の指示により、在宅で3日間の対症療法を行った。バイタルサインを確認した後に、把握すべき所見として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 認知機能
- (2) 下腿周囲長
- (3) ツルゴール
- (4) 眼球結膜の黄染

186 担当医の訪問から4日目になると食欲が出てきて、患者は訪問介護員に食材の購入依頼を行い、おかゆを少しずつ食べ始めていた。数日後に訪問看護師から「心窩部痛はあるものの、全身状態が改善している。おかゆの他に何か食べたそうにしている。」と連絡があった。患者が希望する副食のうち、管理栄養士が勧めるものとして、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 麻婆豆腐
- (2) 筑前煮
- (3) ビーフシチュー
- (4) とりつくね煮

次の文を読み「187」、「188」、「189」に答えよ。

K 診療所に勤務している管理栄養士である。

患者は、80 歳、男性。妻(75 歳)と同居。中等度認知症。糖尿病でインスリン治療を行っており、妻が管理している。月に 1 回、外来受診し、医師からエネルギー 1,600 kcal/日を指示されている。

車椅子での移動で、食事は自立している。妻が用意する 3 食の食事はきちんと食べている。甘い菓子が好きで、間食を楽しみにしている。

受診時、身長 158 cm、体重 62 kg、BMI 24.8 kg/m²。血圧 120/70 mmHg。

空腹時の血液検査値は、アルブミン 3.9 g/dL、血糖 280 mg/dL、HbA1c 10.0%、トリグリセリド 200 mg/dL、AST 18 U/L、ALT 22 U/L、尿素窒素 10.2 mg/dL、クレアチニン 0.8 mg/dL。

187 この患者の血糖コントロール目標(HbA1c 値)として、**最も適切な**のはどれか。

1 つ選べ。

- (1) 6.5% 未満
- (2) 6.5~7.5% 未満
- (3) 7.0~8.0% 未満
- (4) 7.5~8.5% 未満

188 医師は、インスリン投与量を増量した上で、管理栄養士による栄養食事指導を指示した。患者の食事記録は表のとおりである。患者への指導として、**最も適切な**のはどれか。1 つ選べ。

- (1) 昼食と夕食のご飯は、それぞれ 2 単位にしましょう。
- (2) 野菜の量を増やしましょう。
- (3) 間食は、2 回から 1 回に減らしましょう。
- (4) コーヒーに砂糖を入れるのはやめましょう。

表 自宅での食事記録

時	食事
6(起床) 7	朝食 ロールパン 2個(60 g) 野菜サラダ(キャベツ 30 g、トマト 20 g) 茹で卵 1個 牛乳 1本(200 mL)
10	間食 コーヒー 1杯(砂糖大さじ1杯) 大福 1個(50 g)
12	昼食 ご飯(150 g) 刺身(まぐろ 60 g) 味噌汁 1杯 肉じゃが オレンジ 1/4個
15	間食 コーヒー 1杯(砂糖大さじ1杯) カステラ 1切れ(50 g)
18	夕食 ご飯(150 g) 鶏肉の照り焼き(80 g) 切干大根の煮物 湯豆腐(100 g)
21(就寝)	

189 設問 188 の栄養食事指導の内容は遵守され、3か月が経過した。空腹時血糖値 140 mg/dL、HbA1c 8.4%。栄養食事指導の際に、妻から、「血糖値が気になります。間食はやめさせた方が良いですか。」と相談があった。管理栄養士の助言として、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) 血糖コントロールを良好にするために、間食はやめましょう。
- (2) 間食は、1週間に1度食べる曜日を決めましょう。
- (3) 間食は、果物にしましょう。
- (4) 間食は、今のまま食べてもらって良いです。

次の文を読み「190」、「191」、「192」に答えよ。

K社の社員寮に勤務する管理栄養士である。毎年120人程度の新入社員が、1年間、この寮を利用している。調理従事者は5人で、シフト勤務している。3月4日、16時頃までに、30人の新入社員が、腹痛、下痢、嘔吐の症状を訴えた。16時30分に、施設長の判断により、食中毒の可能性があると保健所に通報した。

190 通報後、17時30分に保健所の職員が寮に到着した。新入社員への夕食の調理は完了していた。この時点で5人の調理従事者の体調に問題はなかった。症状のない新入社員に対する夕食の対応について、保健所の職員に相談した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。

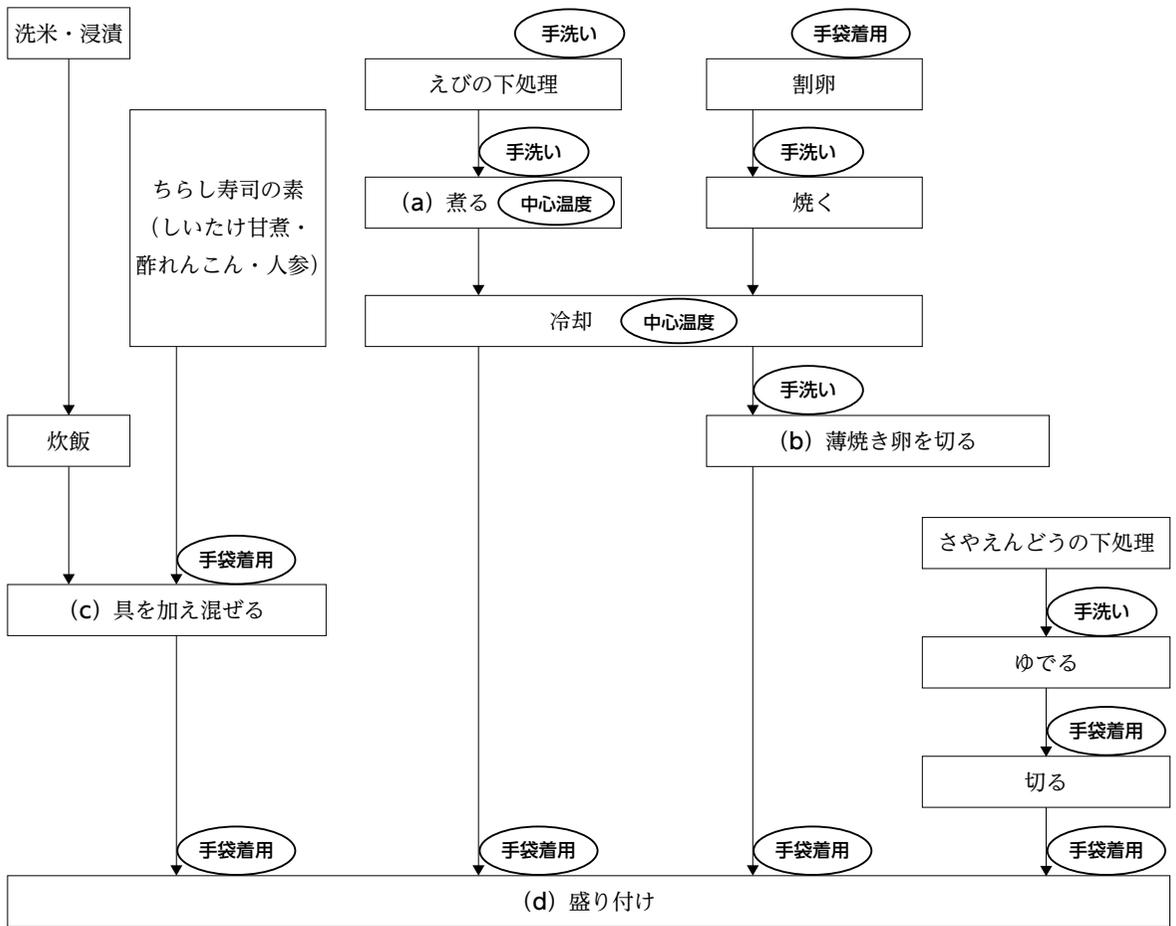
- (1) 予定どおり、夕食を提供しても良いですか。
- (2) 食品保管庫に備蓄している災害用の食品を、提供しても良いですか。
- (3) 提携している弁当屋に弁当を注文して、夕食を提供しても良いですか。
- (4) 新入社員の皆さんに、飲食店で夕食を摂ってもらっても良いですか。

191 3月5日の昼、腹痛と下痢を発症した者は、新入社員60人、調理従事者4人に増えた。その頃、保健所から、有症者の便と3月3日夕食のちらし寿司の保存食から、ノロウイルスが検出されたと報告があった。

図は、ちらし寿司の作業工程に、保健所の職員が作業時の手洗い、中心温度測定、手袋着用の有無を聞き取り、追記したものである。ちらし寿司の材料は、米飯、ちらし寿司の素(しいたけ甘煮・酢れんこん・人参)、卵、さやえんどう、えびである。ノロウイルスの汚染が疑われる作業工程として、**最も適切な**のはどれか。

1つ選べ。

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



保健所職員による追記

手洗い : 手洗いとアルコール消毒

手袋着用 : 使い捨て手袋着用

中心温度 : 中心温度測定・記録

図 作業工程

192 今回の件を踏まえ、調理従事者に衛生教育を実施することになった。重点的に行う内容として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 食材の検収・保管に関すること。
- (2) 加熱調理食品の加熱温度管理に関すること。
- (3) 手洗い及び手袋着用に関すること。
- (4) 調理機器および調理器具の洗浄・殺菌に関すること。

次の文を読み「193」、「194」、「195」に答えよ。

K 町健康課の管理栄養士である。K 町は人口 7,000 人で高齢化率は 30%、国民健康保険(国保)加入率は 27% である。町民は農業のほか、地場産業関連の中小企業への就労が多い。隣接市には大手 A 社の事業場(従業員 50 名)があり、勤務している町民もいる。

K 町は、脳血管疾患の標準化死亡比が県内で最も高い。そこで、国保担当者と連携して国保データベース(KDB)システム等の情報を活用し、町民の壮年期からの脳血管疾患対策を検討することになった。

193 町全体の脳血管疾患対策を検討することを目的として、特定健康診査・特定保健指導、医療費に関する情報をより広く収集するために、優先して連携する組織である。**最も適切な**のはどれか。1 つ選べ。

- (1) A 社健康保険組合
- (2) 全国健康保険協会(協会けんぽ)
- (3) 後期高齢者医療広域連合
- (4) 市町村職員共済組合

194 特定健康診査結果を見ると、K 町の年齢区分別高血圧有所見率は、壮年期を含めて、県内の市町村の中でも特に高い状況にあった。医療費分析の結果、高血圧症の外来医療費は低く、脳血管疾患の入院医療費は高い傾向にあった。これらの結果を踏まえ、今後の対策を検討するために、優先的に確認する情報である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 高血圧症で通院している者の特定健康診査実施率
- (2) 特定保健指導実施率
- (3) 高血圧に関して受診勧奨が行われた者の医療機関受診率
- (4) 降圧薬の服用者の割合

195 分析の結果、高血圧改善に焦点を当て、栄養分野では減塩に取り組むことになった。県民健康・栄養調査結果を参照すると、K 町を含む地域での食塩摂取源は、調味料が最も多かった。減塩に向けて効果が期待される取組である。

最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 町の SNS アカウントで、管理栄養士お勧めの減塩レシピ動画を配信する。
- (2) 町の広報誌に高血圧有所見率が高いという情報を掲載し、減塩調味料の利用を呼びかける。
- (3) 保健センターで、壮年期を対象とした減塩料理教室を開催する。
- (4) スーパーマーケットに協力を依頼し、減塩調味料の必要性の周知とともに、販売促進を毎月行ってもらおう。

次の文を読み「196」、「197」に答えよ。

K市健康増進課の管理栄養士である。K市では過疎化が進み、小売店の閉店が相次ぎ、スーパーマーケットはK市郊外の1店舗を残すのみとなった。また、高齢者は身体活動の不足による食欲低下により、低栄養傾向にある者の割合が増加している。この対策として、K市は健康増進計画において、低栄養傾向にある者の割合の減少に関する10年間の目標を設定し、取組を行ってきた。

196 高齢者を対象に食事調査を行った。図は、食事バランスガイドのSVの目安量の範囲と、食事摂取量を比較した結果である。この結果を踏まえた食事改善のための呼びかけとして、**最も適切な**のはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギーを摂るために、主食を増やしましょう。
- (2) たんぱく質を摂るために、主菜を増やしましょう。
- (3) 食物繊維を摂るために、副菜を増やしましょう。
- (4) ビタミンを摂るために、果物を増やしましょう。

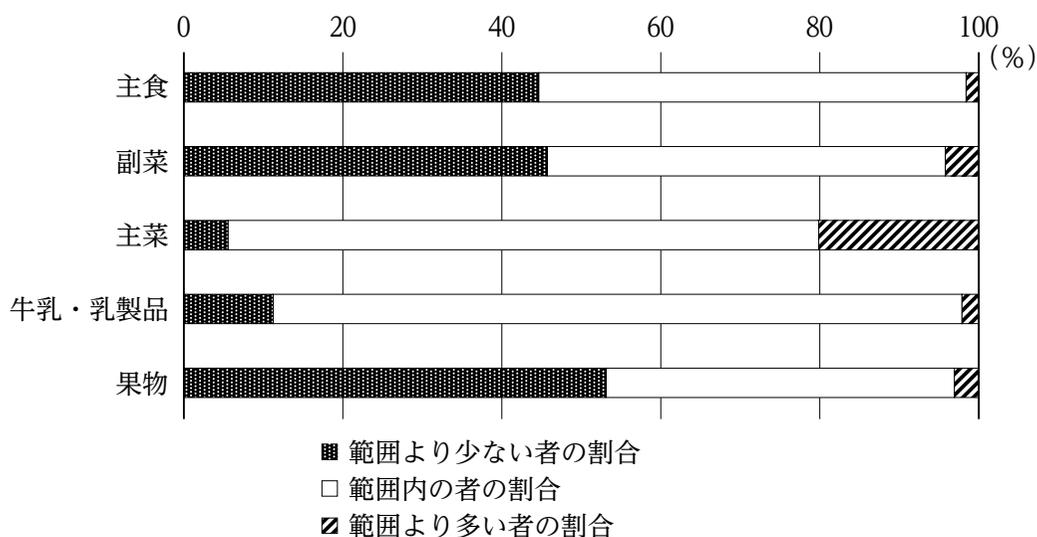


図 食事バランスガイドのSVの目安量の範囲と比較した食事摂取量の評価

197 K市の高齢者における低栄養傾向を改善するために、市内のスーパーマーケットの協力を得て、食環境整備を行うことにした。このスーパーマーケットは、宅配サービスと移動販売車による販売の実績がある。食環境整備の内容に関する記述として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) 高齢者を対象に、宅配サービスを無料にしてもらう。
- (2) 移動販売車で扱う食品を増やし、巡回頻度を増やしてもらう。
- (3) 簡単に調理できる料理を店内で実演し、その食材の販売コーナーを作ってもらう。
- (4) K市が低栄養改善のための料理レシピを考案し、店内に置いてもらう。

次の文を読み「198」、「199」、「200」に答えよ。

K 県健康増進課の管理栄養士である。K 県では、全国に比べて、男女ともに脳血管疾患と虚血性心疾患の年齢調整死亡率が高い。また、K 県では、全国に比べて、男女ともに 20 歳以上の野菜摂取量の年齢調整平均値が低く、食塩摂取量の年齢調整平均値が高い。

198 K 県における高血圧症、脂質異常症、糖尿病の 20 歳以上の有病者数を推計するためのデータとして、最も適当なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 人口動態調査による死亡の原因
- (2) 患者調査による入院・外来の推計患者数
- (3) 国民健康・栄養調査に準じる方法で行った県民健康・栄養調査の身体状況調査結果
- (4) 国民生活基礎調査(大規模調査年)における傷病による通院の状況
- (5) レセプト情報・特定健診等情報データベース(NDB)の特定健康診査データ

199 県内の A 大学は、県の協力のもと、20 歳以上の県民を対象に前向きコホート研究を実施してきた。食塩および野菜の摂取量に関して、高血圧症、脂質異常症、糖尿病の罹患の相対危険を算出したところ、表の結果を得た。統計学的な有意水準は両側 5 % とする。この解釈として、最も適当なのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 食塩摂取量は、7 g/日より多い群に比べて、7 g/日以下の群で、高血圧症罹患の相対危険が有意に低い。
- (2) 食塩摂取量は、7 g/日より多い群に比べて、7 g/日以下の群で、脂質異常症罹患の相対危険が有意に低い。
- (3) 食塩摂取量は、7 g/日より多い群に比べて、7 g/日以下の群で、糖尿病罹患の相対危険が有意に低い。
- (4) 野菜摂取量は、350 g/日未満の群に比べて、350 g/日以上群で、脂質異常症罹患の相対危険が有意に低い。
- (5) 野菜摂取量は、350 g/日未満の群に比べて、350 g/日以上群で、糖尿病罹患の相対危険が有意に低い。

表 食塩および野菜の摂取量による各疾患罹患の相対危険(95% 信頼区間)

疾患	食塩摂取量 ≤ 7 g/日 ^{※1}	野菜摂取量 ≥ 350 g/日 ^{※1}
	相対危険 ^{※2} (95% 信頼区間)	相対危険 ^{※3} (95% 信頼区間)
高血圧症	0.68(0.55~0.85)	0.76(0.62~0.93)
脂質異常症	0.98(0.62~1.56)	0.92(0.62~1.38)
糖尿病	0.89(0.55~1.44)	0.69(0.46~1.04)

※1 食塩摂取量は > 7 g/日、野菜摂取量は < 350 g/日が基準群

※2 性、年齢、BMI、喫煙状況、総エネルギー摂取量、野菜摂取量で調整

※3 性、年齢、BMI、喫煙状況、総エネルギー摂取量、食塩摂取量で調整

200 設問 199 の表の結果を踏まえ、K 県民の食事改善に向けたポピュレーションアプローチを実施することになった。具体的内容として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

- (1) K 県内のスーパーマーケット、コンビニエンスストア、外食店に協力してもらい、野菜の多い料理を販売・提供してもらおう。
- (2) A 大学の学生を対象とし、減塩のための標語コンテストを実施し、入選作品を広報に掲載する。
- (3) K 県の県立病院の受診者を対象に、野菜摂取量増加と減塩の重要性が書かれたチラシを配布する。
- (4) 多くの K 県民が利用する駅構内とバス停に、野菜摂取量増加と減塩の重要性に関するポスターを掲示する。

