

第 33 回 管理栄養士国家試験

1 栄養ケア・マネジメント

2019-84 動的栄養アセスメントの指標である。正しいのはどれか。1 つ選べ。

- (1) BMI (kg/m^2)
- (2) 上腕三頭筋部皮下脂肪厚
- (3) 血清トランスフェリン値
- (4) クレアチニン身長係数
- (5) 遅延型皮膚過敏反応

2 食事摂取基準の基礎的理解

2019-85 日本人の食事摂取基準（2015 年版）において、1 歳以上で推奨量（RDA）が設定されている栄養素である。正しいのはどれか。1 つ選べ。

- (1) n-3 系脂肪酸
- (2) 炭水化物
- (3) ビタミン D
- (4) ビタミン B₁
- (5) カリウム

2019-86 日本人の食事摂取基準（2015 年版）における策定の基本的事項に関する記述である。正しいのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 摂取源には、サプリメントは含まれない。
- (2) 参照体位は、望ましい体位を示している。
- (3) BMI (kg/m^2) は、18 歳以上のエネルギー収支バランスの指標である。
- (4) 高齢者の年齢区分は、65 歳以上である。
- (5) 目安量（AI）は、生活習慣病の予防を目的とした指標である。

2019-87 日本人の食事摂取基準（2015 年版）の小児に関する記述である。正しいのはどれか。1 つ選べ。

- (1) 1 歳児の基礎代謝基準値は、4 歳児より低い。
- (2) 身体活動レベル（PAL）は、2 区分である。
- (3) 炭水化物の目標量（DG）は、成人に比べ高い。
- (4) 脂質の目標量（DG）は、男女で異なる。
- (5) 鉄の推定平均必要量（EAR）は、要因加算法で算出した。

3 成長・発達・加齢

2019-88 成長・発達・加齢に伴う変化に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) 体水分量に占める細胞外液の割合は、新生児期より成人期の方が大きい。
- (2) 胸腺重量は、成人期に最大となる。
- (3) 糸球体濾過量は、成人期より高齢期の方が大きい。
- (4) 塩味の閾値は、成人期より高齢期の方が高い。
- (5) 唾液分泌量は、成人期より高齢期の方が多い。

4 妊娠期，授乳期

2019-89 妊娠期の身体的変化に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) 体重は、一定の割合で増加する。
- (2) 基礎代謝量は、増加する。
- (3) 循環血液量は、減少する。
- (4) ヘモグロビン濃度は、上昇する。
- (5) インスリン感受性は、高まる。

2019-90 日本人の食事摂取基準（2015年版）において、授乳婦に付加量が設定されている栄養素である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) たんぱく質
- (2) ビタミンA
- (3) 葉酸
- (4) カルシウム
- (5) 鉄

2019-91 牛乳より母乳に多く含まれる成分である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) たんぱく質
- (2) 飽和脂肪酸
- (3) 乳糖
- (4) カルシウム
- (5) リン

5 新生児期，乳児期

2019-92 離乳の進め方に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) 離乳の開始前に、果汁を与えることが必要である。
- (2) 離乳の開始とは、なめらかにすりつぶした食物を初めて与えた時をいう。
- (3) 離乳の開始後ほぼ1か月間は、離乳食を1日2回与える。
- (4) 調味料は、離乳食の開始時から必要である。

(5) 母乳は、離乳の開始後与えないようにする。

6 成長期

6-1 幼児期

2019-93 幼児期に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) 1年間の体重増加量は、乳児期より大きい。
- (2) 体脂肪率は、乳児期に比べて高くなる。
- (3) カウプ指数による肥満判定基準は、男女で異なる。
- (4) 貧血の主な原因は、鉄欠乏である。
- (5) 間食は、総エネルギー摂取量の約30%とする。

6-2 思春期

2019-94 思春期の男子に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) 性腺刺激ホルモンの分泌は、思春期前に比べ低下する。
- (2) 年間身長増加量が最大となる時期は、女子より早い。
- (3) 見かけのカルシウム吸収率は、成人男性より低い。
- (4) 1日当たりのカルシウム体内蓄積量は、思春期前半に最大となる。
- (5) 鉄欠乏性貧血は、思春期の女子より多い。

8 高齢期

2019-95 サルコペニアに関する記述である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 握力は、低下する。
- (2) 歩行速度は、保たれる。
- (3) 加齢が、原因となる。
- (4) 食事の摂取量低下が、原因となる。
- (5) ベッド上安静が、原因となる。

2019-96 成人期と比較して高齢期で低下する項目である。誤っているのはどれか。1つ選べ。

- (1) 基礎代謝量
- (2) 体重1kg当たりのたんぱく質必要量
- (3) 嚥下機能
- (4) 骨密度
- (5) 肺活量

9 運動・スポーツと栄養

2019-97 運動時の身体への影響に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) 筋肉中の乳酸は、無酸素運動では減少する。
- (2) 遊離脂肪酸は、瞬発的運動時の主なエネルギー基質となる。
- (3) 瞬発的運動では、速筋線維より遅筋線維が利用される。
- (4) 酸素摂取量は、運動強度を高めていくと増加し、その後一定となる。
- (5) 消化管の血流量は、激しい運動で増加する。

10 環境と栄養

2019-98 ストレス応答の抵抗期に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) エネルギー代謝は、低下する。
- (2) 窒素出納は、負に傾く。
- (3) 副腎皮質ホルモンの分泌は、減少する。
- (4) ビタミンCの需要は、減少する。
- (5) カルシウムの尿中排泄量は、減少する。

2019-99 特殊環境と栄養に関する記述である。正しいのはどれか。1つ選べ。

- (1) 外部環境の影響を受けやすいのは、表面温度より中心温度である。
- (2) WBGT（湿球黒球温度）が上昇したときは、水分摂取を控える。
- (3) 低温環境下では、皮膚の血流量が増加する。
- (4) 高圧環境から急激に減圧すると、体内の溶存ガスが気泡化する。
- (5) 低圧環境下では、肺泡内酸素分圧が上昇する。

解答

1 栄養ケア・マネジメント

2019-84: (3)

2 食事摂取基準の基礎的理解

2019-85: (4), 2019-86: (3), 2019-87: (5)

3 成長・発達・加齢

2019-88: (4)

4 妊娠期, 授乳期

2019-89: (2), 2019-90: (4), 2019-91: (3)

5 新生児期, 乳児期

2019-92: (2)

6-1 幼児期

2019-93: (4)

6-2 思春期

2019-94: (4)

8 高齢期

2019-95: (2), 2019-96: (2)

9 運動・スポーツと栄養

2019-97: (4)

10 環境と栄養

2019-98: (2), 2019-99: (4)