

# 令和7年保育士試験（前期）問題

## 子どもの食と栄養

（選択式20問）

指示があるまで開かないこと

### 【注意事項】

各問題の正答数は、問題文中に示される。

問題文中に示された正答数と異なる数を解答すると、不正解になる。

#### 【例題1】

問1 次のうち、○○に関する記述として、正しいものを1つ選びなさい。

- 1 ……
- 2 ……
- 3 ……
- 4 ……
- 5 ……

正答が「2」である場合は、マークシートの「②」を塗りつぶしていれば正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問 1	① ● ③ ④ ⑤

問題文中に示された正答数と異なる数を塗りつぶすと不正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問 1	① ● ● ④ ⑤

#### 【例題2】

問2 次のうち、○○に関する記述として、正しいものを3つ選びなさい。

- 1 ……
- 2 ……
- 3 ……
- 4 ……
- 5 ……

正答が「2」「3」「5」である場合は、マークシートの「②」「③」「⑤」を塗りつぶしていれば正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問 2	① ● ● ④ ●

問題文中に示された正答数と異なる数を塗りつぶすと不正解になる。

問題番号	解 答 番 号
問 2	① ② ● ④ ⑤

問題番号	解 答 番 号
問 2	① ② ● ④ ●

解答用紙に「記入上の注意事項」が記載されているので併せて確認すること。

問1 次のうち、「食生活指針」（平成28年 文部科学省・厚生労働省・農林水産省）の一部として、正しいものを○、誤ったものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 「和食」をはじめとした日本の食文化を大切にして、日々の食生活に活かしましょう。
- B 特に若年女性のやせ、高齢者の低栄養にも気をつけましょう。
- C 穀類を毎食とって、脂質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- D まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスを減らしましょう。
- E 地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	○	○	○	○	○
2	○	○	○	×	×
3	○	○	×	○	○
4	×	×	○	×	×
5	×	×	×	○	○

問2 次のうち、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」（厚生労働省）の栄養素の指標に関する記述として、適切なものを3つ選びなさい。

- 1 推定平均必要量は、摂取不足の回避を目的としている。
- 2 目標量を推定できない場合の代替指標として、目安量がある。
- 3 目標量は、生活習慣病の発症予防を目的としている。
- 4 推定平均必要量は、母集団に属する50%の者が必要量を満たすと推定される摂取量である。
- 5 推奨量は、母集団に属する70～80%の者が充足している量である。

問3 次のうち、ビタミンに関する記述として、適切なものを○、不適切なものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A ビタミンKが欠乏すると、新生児において出血症が起こることがある。
- B ビタミンB<sub>1</sub>が欠乏すると、脚気が起こることがある。
- C ビタミンAは、レバーに多く含まれている。
- D ビタミンCは、脂溶性ビタミンである。
- E ビタミンDが欠乏すると、くる病が起こることがある。

(組み合わせ)

	A	B	C	D	E
1	○	○	○	×	○
2	○	○	×	○	×
3	○	×	○	○	○
4	×	○	○	×	×
5	×	×	×	○	○

問4 次の【Ⅰ群】の語句と、【Ⅱ群】の消化酵素を結びつけた場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

【Ⅰ群】

- A でんぷん
- B たんぱく質
- C 脂肪

【Ⅱ群】

- ア アミラーゼ
- イ リパーゼ
- ウ ペプシン

(組み合わせ)

- |   | A | B | C |
|---|---|---|---|
| 1 | ア | イ | ウ |
| 2 | ア | ウ | イ |
| 3 | イ | ア | ウ |
| 4 | イ | ウ | ア |
| 5 | ウ | イ | ア |

問5 次の表は、乳類の食品成分について、「日本食品標準成分表（八訂）増補2023年」（文部科学省）をもとに作成したものである。表中の（A）～（C）にあてはまる語句の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

表

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	鉄 (mg)	カルシウム (mg)	ビタミンD ( $\mu$ g)
（A）	61	3.3	0.0	110	0.3
（B）	66	1.6	0.8	48	1.2
（C）	61	1.1	0.0	27	0.3

\*人乳（母乳）、普通牛乳は100gの場合。乳児用調製粉乳は13gを使用して、できあがり量が100gになるように計算した場合。

（組み合わせ）

	A	B	C
1	普通牛乳	乳児用調製粉乳	人乳（母乳）
2	普通牛乳	人乳（母乳）	乳児用調製粉乳
3	乳児用調製粉乳	普通牛乳	人乳（母乳）
4	乳児用調製粉乳	人乳（母乳）	普通牛乳
5	人乳（母乳）	乳児用調製粉乳	普通牛乳

問6 次のうち、「平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要」（厚生労働省）における授乳に関する状況についての記述として、適切なものを○、不適切なものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 授乳期の栄養方法は、10年前に比べ母乳栄養の割合が増加した。
- B 授乳期の栄養方法（1か月）別にみると、授乳について何らか困ったことがある者の割合は、母乳栄養よりも混合栄養が高かった。
- C 授乳について困ったこと（回答者：0～2歳児の保護者の総数）は、「母乳が足りているかどうか分からない」よりも「授乳が負担、大変」が多かった。
- D 授乳期の栄養方法について、出産後1年未満に働いていた者の母乳栄養の割合は、10年前に比べ増加した。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	○	○	○	×
2	○	○	×	○
3	○	×	○	○
4	×	○	×	×
5	×	×	×	○

問7 次の【Ⅰ群】の粉製品と、【Ⅱ群】の主原料を結びつけた場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

【Ⅰ群】

- A 片栗粉
- B 白玉粉
- C 上新粉

【Ⅱ群】

- ア どうもろこし
- イ ジャがいも
- ウ うるち米
- エ もち米

(組み合わせ)

- |   | A | B | C |
|---|---|---|---|
| 1 | ア | ウ | エ |
| 2 | ア | エ | ウ |
| 3 | イ | ウ | エ |
| 4 | イ | エ | ウ |
| 5 | ウ | イ | ア |

問8 次の文は、「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」（平成16年 厚生労働省）における「発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”」の一部である。思春期の内容として、誤ったものを1つ選びなさい。

- 1 食べたい食事のイメージを描き、それを実現できる
- 2 一緒に食べる人を気遣い、楽しく食べることができる
- 3 1日3回の食事や間食のリズムがもてる
- 4 自分の身体の成長や体調の変化を知り、自分の身体を大切にできる
- 5 食に関わる活動を計画したり、積極的に参加したりすることができる

問9 次の文は、「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」（令和3年 厚生労働省）に関する記述である。（A）～（C）にあてはまる語句及び数値の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- ・ 若い世代の（A）が多いことなどの課題を受けて、10項目の指針が示された。
- ・ 妊娠前の体格がふつう（BMI 18.5以上 25.0未満）の場合、体重増加量指導の目安は、（B）kgである。
- ・ 「（C）を中心に、エネルギーをしっかりと」が示されている。

（組み合わせ）

	A	B	C
1	肥満	10～13	副菜
2	肥満	16～20	主菜
3	やせ	10～13	主食
4	やせ	10～13	主菜
5	やせ	16～20	主食

問10 次のうち、「食育基本法」の前文の一部として、(a)～(c)の下線部分が正しいものを○、誤ったものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

食育を、生きる上での基本であって、(a) 知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と (b) 「食」の在り方を考える力を習得し、(c) 健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。

(組み合わせ)

- |   | a | b | c |
|---|---|---|---|
| 1 | ○ | ○ | × |
| 2 | ○ | × | ○ |
| 3 | ○ | × | × |
| 4 | × | ○ | × |
| 5 | × | × | ○ |

問 11 次のうち、農林水産省が「第4次食育推進基本計画」（令和4年 農林水産省）等をもとに作成した「食育ピクトグラム」に記された記述として、誤ったものを1つ選びなさい。

- 1 みんなで楽しく食べよう
- 2 飢餓をゼロに
- 3 産地を応援しよう
- 4 太りすぎない やせすぎない
- 5 和食文化を伝えよう

問 12 次の文は、「保育所保育指針」第3章「健康及び安全」2「食育の推進」の一部である。  
( A ) ～ ( D ) にあてはまる語句の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- ・ 子どもが自らの感覚や体験を通して、自然の恵みとしての食材や ( A ) への意識、調理する人への感謝の気持ちが育つように、子どもと調理員等との関わりや、( B ) など食に関わる保育環境に配慮すること。
- ・ ( C ) や地域の多様な関係者との連携及び協働の下で、食に関する取組が進められること。また、( D ) の支援の下に、地域の関係機関等との日常的な連携を図り、必要な協力が得られるよう努めること。

(組み合わせ)

	A	B	C	D
1	いのちの大切さ	畑・園庭	保護者	市町村
2	いのちの大切さ	調理室	行政	市町村
3	いのちの大切さ	畑・園庭	保護者	都道府県
4	食の循環・環境	調理室	保護者	市町村
5	食の循環・環境	畑・園庭	行政	都道府県

問13 次の【Ⅰ群】の郷土料理と、【Ⅱ群】の都道府県を結びつけた場合の正しい組み合わせを1つ  
選びなさい。

【Ⅰ群】

- A 芋煮
- B けんちん汁
- C 瓦そば
- D からし蓮根

【Ⅱ群】

- ア 山口県
- イ 熊本県
- ウ 山形県
- エ 神奈川県

(組み合わせ)

- |   | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ア | ウ | イ | エ |
| 2 | イ | エ | ア | ウ |
| 3 | ウ | ア | イ | エ |
| 4 | ウ | エ | ア | イ |
| 5 | エ | ウ | ア | イ |

問 14 次のうち、日本における野菜の摂取状況に関する記述として、適切なものの組み合わせを1つ選びなさい。

- A 「健康日本 21（第三次）」（厚生労働省）では、栄養・食生活に関連する目標の一つに「野菜摂取量の増加」が示されており、その目標値は 350 g/日以上である。
- B 「食事バランスガイド」（平成 17 年 厚生労働省・農林水産省）では、「副菜」には、野菜、きのこ、いもなどを主材料とする料理が含まれる。
- C 「平成 27 年度乳幼児栄養調査結果の概要」（厚生労働省）によると、「社会経済的要因別主要食物の摂取頻度」（回答者：2～6 歳児の保護者）では、経済的な暮らし向きが「ゆとりあり」の場合、野菜の摂取頻度が低い傾向がみられた。
- D 「令和元年国民健康・栄養調査結果の概要」（厚生労働省）によると、野菜類の摂取量の平均値は、男女ともに、「20～29 歳」が最も多い。

（組み合わせ）

- 1 A B
- 2 A C
- 3 B C
- 4 B D
- 5 C D

問 15 次の文は、「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」(平成 16 年 厚生労働省)の一部である。( A )～( C )にあてはまる語句を【語群】から選択した場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

現在を最もよく生き、かつ、生涯にわたって健康で( A )生活を送る基本としての「( B )」の育成に向け、その基礎を培うことが保育所における( C )である。このため、保育所における食育は、楽しく食べる子どもに成長していくことを期待しつつ、次にかかげる子ども像の実現を目指して行う。

【語群】

ア 心地よい	イ 質の高い	ウ 食の選択能力	エ 食を営む力
オ 生きる力	カ 食育の目標	キ 食育の目的	

(組み合わせ)

- |   | A | B | C |
|---|---|---|---|
| 1 | ア | ウ | カ |
| 2 | ア | エ | キ |
| 3 | ア | オ | キ |
| 4 | イ | エ | カ |
| 5 | イ | オ | キ |

問 16 次のうち、「保育所における食事の提供ガイドライン」(平成 24 年 厚生労働省)に示されている「肥満の幼児の食生活の特徴」に関する記述として、適切なものを3つ選びなさい。

- 1 ご飯などの炭水化物の摂取が少ない。
- 2 食物繊維の摂取が少ない。
- 3 ジュースや牛乳等を水がわりに飲む。
- 4 孤食や外食の回数が少ない。
- 5 1回の食事の品数が少なく、摂取エネルギーが少ない。

問 17 次のうち、「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」(厚生労働省)に関する記述として、適切なものを2つ選びなさい。

- 1 冷凍庫は  $-10^{\circ}\text{C}$  以下に維持することが目安である。
- 2 加熱して調理する場合は、中心部の温度が  $65^{\circ}\text{C}$  で1分間以上加熱することを目安とする。
- 3 食中毒予防の三原則は、「付けない、増やさない、温めない」である。
- 4 表示のある食品は、消費期限等を確認し、購入する。
- 5 冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意する。目安は、冷蔵庫や冷凍庫の7割程度とする。

問 18 次のうち、食中毒の原因菌とその原因になりやすい食材の組み合わせとして、最も適切なものを1つ選びなさい。

〈原因菌〉		〈原因になりやすい食材〉	
1	腸管出血性大腸菌	——	卵
2	サルモネラ菌	——	生肉
3	腸炎ビブリオ	——	じゃがいも
4	カンピロバクター	——	生魚
5	ボツリヌス菌	——	精白米

問 19 次のうち、食物アレルギーに関する表示について、「食品表示基準」（平成 27 年内閣府令第 10 号）に示されている「特定原材料」として、正しいものを○、誤ったものを×とした場合の正しい組み合わせを1つ選びなさい。

- A 大豆
- B いか
- C カシューナッツ
- D 小麦

(組み合わせ)

- |   | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2 | ○ | ○ | × | × |
| 3 | ○ | × | ○ | × |
| 4 | × | × | ○ | ○ |
| 5 | × | × | × | ○ |

問 20 次のうち、「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン【事故防止のための取組み】～施設・事業者向け～」（3）「誤嚥・窒息につながりやすい食べ物の調理について」に関する記述として、適切なものを2つ選びなさい。

- 1 ぶどうは、皮のまま、まるごと提供する。
- 2 プチトマトは、四等分すれば提供可であるが、保育所では他のものに代替えをする。
- 3 白玉団子はやわらかいため、噛む前に誤嚥してしまう危険が低い。
- 4 いかは、小さく切って加熱すれば、やわらかくなる食材である。
- 5 乾いたナッツ、豆類（節分の鬼打ち豆）は、給食での使用を避ける食材である。