

令和9年度長崎県公立学校
教員採用選考第1次試験問題

教科・科目

栄養教諭

受験番号		氏名	
------	--	----	--

実施日 令和8年5月10日（日）

栄養教諭

※ 解答はすべて解答用紙の該当欄に記入すること。

1 食育基本法について、以下の問いに答えよ。

問1 次の文は、食育基本法の一部を抜粋したものである。文中の (①) ~ (⑤) に当てはまる語句を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。

第十九条 国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、(①) の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な (②) に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする (③) に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

第二十条 国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は (④) を生かした学校給食等の実施、教育の一環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、(⑤) 又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

語群

ア. 地域の特色	イ. 食文化	ウ. 健全な食習慣
エ. 過度の痩身	オ. 生活習慣病	カ. 食品の安全性
キ. 不規則な食事	ク. 発達段階	ケ. ボランティアとの連携
コ. 栄養管理		

2

学習指導要領について、以下の各問いに答えよ。

問1 次の文は、「小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 総則編 第3章 教育課程の編成及び実施 第1節 小学校教育の基本と教育課程の役割 2 生きる力を育む各学校の特色ある教育活動の展開 （3）健やかな体」の一部を抜粋したものである。文中の（①）、（②）に当てはまる語句を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。

学校における食育の推進においては、栄養摂取の偏りや朝食欠食といった食習慣の乱れ等に起因する肥満や（①）、食物アレルギー等の健康課題が見られるほか、食品の安全性の確保等の食に関わる課題が顕在化している。こうした課題に適切に対応するため、児童が食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることにより、生涯にわたって（②）と豊かな人間性を育てていくための基礎が培われるよう、栄養のバランスや規則正しい食生活、食品の安全性などの指導が一層重視されなければならない。

語群

ア. 活力ある生活	イ. 健やかな心身	ウ. 発達障害
エ. 生活習慣病	オ. 情緒の不安定	カ. 心身の調和

問2 次の文は、「中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 技術・家庭編 第2章 技術・家庭科の目標及び内容 第3節 家庭分野の目標及び内容 3 家庭分野の内容 B 衣食住の生活 食生活」の一部を抜粋したものである。文中の（①）～（④）に当てはまる語句を答えよ。

用途に応じた食品の選択については、目的、栄養、価格、調理の能率、（①）への影響などの諸条件を考えて選択することが大切であることを理解できるようにする。

生鮮食品については、（②）で用いる魚、肉、野菜などの食品を取り上げ、鮮度や品質の見分け方について理解し、選択できるようにする。また、原産地などの表示も参考に選択できるようにする。

加工食品については、身近なものを取り上げ、その原材料や食品添加物、栄養成分、アレルギー物質、期限、（③）などの表示を理解して用途に応じた選択ができるようにする。

また、生鮮食品と加工食品との比較から、加工食品の種類やその意義についても触れ、加工食品を適切に利用するために表示を理解することが必要であることに気付くようにする。

なお、食品添加物や（④）、放射性物質などについては、基準値を設けて、食品の安全を確保する仕組みがあることにも触れるようにする。

「食に関する指導の手引 第二次改訂版」(平成31年3月 文部科学省)「第6章 個別的な相談指導の進め方 第5節 具体的な指導方法」について、以下の各問いに答えよ。

問1 次の文は、「5 食物アレルギーを有する児童生徒」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(④)に当てはまる語句や数字を答えよ。

(1) 食物アレルギーとは

食物アレルギーは、特定の食物を摂取することによって、皮膚・(①)・消化器あるいは全身に生じるアレルギー反応のことをいいます。原因食品は多岐にわたり、小児の場合は鶏卵、乳製品、小麦、そば、魚類、果物類、えび、肉類、落花生、(②)が食物アレルギーの原因食品として上位を占めています。

全国の公立小学校、中学校、高等学校、中等教育学校を対象とした平成25年度「学校生活における健康管理に関する調査」報告書(公益財団法人日本学校保健会)では、児童生徒の4.5%が食物アレルギーの有病者であり、一人の児童生徒が複数の(③)を有している場合があります。症状は多岐にわたり、食物の摂取から2時間以内くらいに症状が表れる即時型と、症状が表れるまでに数時間から数日を要する(④)があります。なお、人によっては摂取後、短時間のうちに急激なショック症状(アナフィラキシーショック)を起こす場合があります。

問2 「6 スポーツをする児童生徒」に記載されているスポーツをする児童生徒への正しい食生活の指導方法を次の中から1つ選び、記号で答えよ。

- ア. 食事・補食として食べている量が限界に及んでいて、これ以上食することができない場合は、サプリメントを摂取して運動量をさらに多くする。
- イ. 質、量、強度、時間などさまざまな状況から運動量が過剰となり、食欲が減退している場合は、第一に食事や補食を充実させる。
- ウ. 運動時間が夜までおよび、生活リズムが乱れることにより食べる量が少なくなっている場合は、身体活動量を減少させるとともに、生活リズムを整える。
- エ. 意図的にエネルギー摂取量を低減させている場合は、必要量と考えられるエネルギーを急いで摂取させる。

問3 次の文は、「6 スポーツをする児童生徒」の「熱中症の予防」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(③)に当てはまる語句や数字を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。

運動をすることによって、汗をかきます。体内の水分量が減少すると脱水を起こし、脱水が進むことにより熱中症となります。熱中症を予防するためには、体内の水分の役割と脱水とは何か、脱水によって引き起こされる症状、水分補給の方法について指導し、練習中に実践できるようにします。練習中の水分摂取が適切かどうかを確認するために、練習前後の体重測定を行い、体重の(①)%以内の脱水状況であるかを確認するなど、実習や演習をとり入れた指導を行うと効果的です。

運動時の水分補給の目安は、運動の継続時間や強度、気象条件によっても異なりますが、運動開始 20～40 分前に(②) ml ほどの水分を摂取させます。運動中はコップ1杯の水分を(③)おきに補給します。

汗には、ナトリウムや塩素などが含まれているので、水ではなくスポーツドリンクを飲ませます。

語群

ア. 5～10分	イ. 100～250	ウ. 15分	エ. 500～750	オ. 1～2
カ. 3～4	キ. 4～5	ク. 250～500	ケ. 30分	コ. 1時間

問4 次の文は、「6 スポーツをする児童生徒」の「スポーツドリンクの作り方」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(④)に当てはまる語句や数字を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。

飲料の濃度は、(①)%の食塩と、(②)%の糖質に設定します。水に風味付けに(③)などを加えると、飲みやすくなります。また、(④)に食塩と砂糖を加えればスポーツドリンクになります。

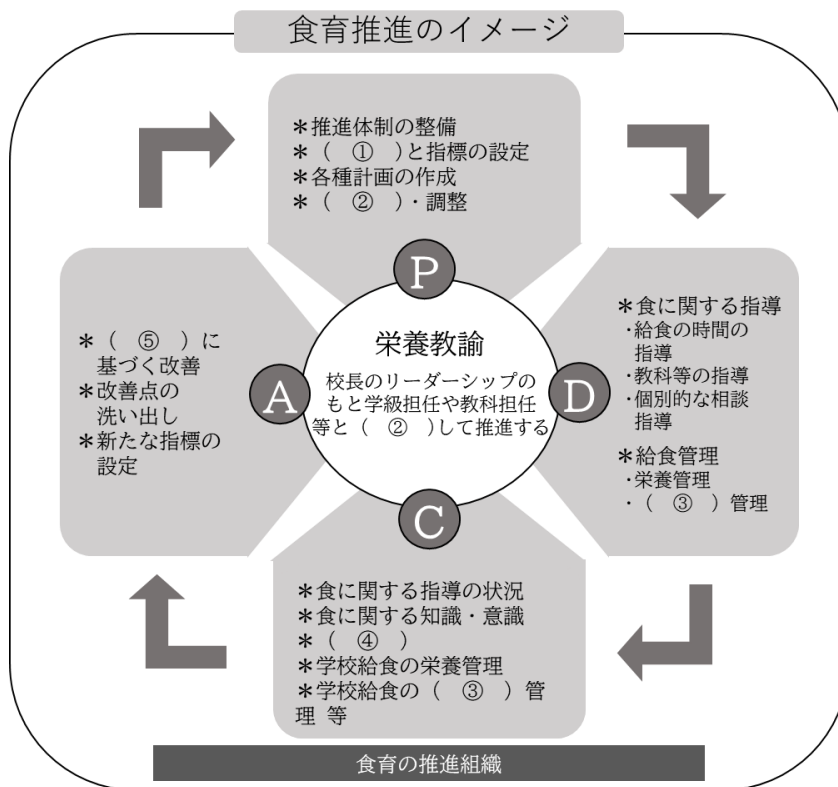
語群

ア. 0.3～0.5	イ. 麦茶	ウ. 1～2	エ. 牛乳	オ. 0.4～0.8	
カ. 0.1～0.2	キ. 緑茶	ク. 4～8	ケ. 炭酸水	コ. 3～5	サ. レモン汁

4

「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育 ～チーム学校で取り組む食育推進のPDCA～」(平成29年3月 文部科学省)について、以下の各問いに答えよ。

問1 次の図は、「栄養教諭を中核とした食育推進のPDCA」の一部を抜粋したものである。図中の(①)～(⑤)に当てはまる語句を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。ただし、同一番号には同一語が入る。



語群

ア. 食文化	イ. 連携	ウ. 目標	エ. 生活習慣病	オ. 食習慣	カ. 調査
キ. 衛生	ク. 地域	ケ. 評価結果	コ. 支援	サ. 実態把握	シ. 物資

問2 次の文は、「Ⅱ 実践《DO》 1 食に関する指導 (3)個別的な相談指導」に示されている「栄養教諭の役割」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(⑤)に当てはまる語句を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。

食に関する問題への対応では、児童生徒に対して直接指導する場合がありますが、食の大部分を担う家庭での(①)が不可欠であることから、保護者に対する助言など、家庭への支援や働き掛けを行うことも重要です。これらの相談指導には、栄養学等の(②)に基づいた対応が不可欠であり、学級担任だけでは十分な対応が困難な場合も多いと考えられるため、栄養教諭が中心となって取り組む必要があります。また、生活習慣や(③)に関する問題も想定されるので、必要に応じて、(④)や学校医等と連携を図り対応することが重要です。特に、食物アレルギーや(⑤)など医学的な対応を要するものについては、主治医や専門医とも密接に連携を取りながら対応することが求められます。

語群

ア. 心の健康	イ. 衛生管理	ウ. 食中毒
エ. 実践	オ. 摂食障害	カ. 専門知識
キ. 給食調理員	ク. 献立の作成	ケ. 体育主任
コ. 養護教諭		

5

学校給食衛生管理基準について、以下の各問いに答えよ。

問1 次の文は、「学校給食衛生管理基準 第3 調理の過程等における衛生管理に係る衛生管理基準」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(⑦)に当てはまる語句や数字を答えよ。

(4) 調理過程

① 共通事項

一 給食の食品は、原則として、前日調理を行わず、全てその日に学校給食調理場で調理し、生で食用する野菜類、果実類等を除き、加熱処理したものを給食すること。また、加熱処理する食品については、中心部温度計を用いるなどにより、中心部が(①)℃で1分間以上((②)等ノロウイルス汚染のおそれのある食品の場合は(③)℃で1分間以上)又はこれと同等以上の温度まで加熱されていることを確認し、その温度と時間を記録すること。さらに、中心温度計については、定期的に検査を行い、正確な機器を使用すること。

四 和えもの、(④)等については、各食品を調理後速やかに冷却機等で冷却を行った上で、冷却後の二次汚染に注意し、冷蔵庫等で保管するなど適切な温度管理を行うこと。また、やむを得ず水で冷却する場合は、直前に使用水の(⑤)が(⑥)mg/L以上であることを確認し、確認した数値及び時間を記録すること。さらに、和える時間を配食の直前にするなど給食までの時間の短縮を図り、調理終了時に温度及び時間を記録すること。

五 (⑦)は、つぐらないこと。

6 衛生管理について、以下の各問いに答えよ。

問1 次の文は、「食に関する指導の手引 第二次改訂版」(平成31年3月 文部科学省)「第5章 給食の時間における食に関する指導」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(③)に当てはまる語句を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。

検食はあらかじめ学校における責任者を定め、児童生徒が給食を食べる時間の(①)前までに行います。検食に際しては、食品の中に人体に有害と思われる異物の混入がないか、調理過程において加熱及び冷却が適切に行われているか、食品の異味、異臭その他異常がないか、一食分としてそれぞれの食品の量が適当か、味付け、香り、色彩並びに形態等が適切か、及び、児童生徒の(②)との関連はどのように配慮されているかについて確認します。また、検食を行った時間、検食者の意見等を記録します。異常があった場合は給食の中止を検討するとともに、速やかに(③)に連絡します。

語群

ア. 15分	イ. 学級担任	ウ. 30分	エ. 健康	オ. 給食調理施設
カ. 保健所	キ. 20分	ク. 教育委員会	ケ. 嗜好	コ. 心身

問2 次の文は、「学校給食衛生管理基準 第2 学校給食施設及び設備の整備及び管理に係る衛生管理基準」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(⑦)に当てはまる語句を答えよ。ただし、同一番号には同一語が入る。

(3) 学校給食施設及び設備の衛生管理

六 学校給食施設及び設備は、ねずみ及びはえ、ごきぶり等(①)の侵入及び発生を防止するため、侵入防止措置を講じること。また、ねずみ及び(①)の発生状況を(②)に1回以上点検し、発生を確認したときには、その都度駆除をすることとし、必要な場合には、補修、整理整頓、清掃、清拭、消毒等を行い、その結果を記録すること。なお、殺そ剤又は殺虫剤を使用する場合は、食品を汚染しないようその取扱いに十分注意すること。さらに、学校給食従事者専用の(③)については、特に(①)に注意すること。

九 食器具、容器及び調理用の器具は、使用后、でん粉及び(④)等が残留しないよう、確実に洗浄するとともに、損傷がないように確認し、熱風保管庫等により適切に保管すること。また、フードカッター、野菜切り機等調理用の機械及び機器は、使用後に(⑤)して洗浄及び消毒した後、(⑥)させること。さらに、下処理室及び調理室内における機械、容器等の使用後の洗浄及び消毒は、全ての食品が下処理室及び調理室から搬出された後に行うよう努めること。

十 (⑦)の水滴を防ぐとともに、かびの発生の防止に努めること。

7

「日本人の食事摂取基準（2025年版）」について、以下の各問いに答えよ。

問1 国民の栄養摂取の状況からみてその過剰な摂取が国民の健康の保持増進に影響を与えているものとして厚生労働省令で定める栄養素を1つ答えよ。

問2 ビタミンの説明として正しいものを次の中から1つ選び、記号で答えよ。

- ア. ビタミン D の主な作用は、ビタミン D 依存性たんぱく質の働きを介して、腸管でのカルシウムとリンの吸収並びに腎臓での再吸収を促進することであり、食品から摂取されると同時に、紫外線曝露によって皮膚でも産生されるが、日光曝露によるビタミン D 過剰症は起こらない。
- イ. ビタミン E の過剰症としては、出血傾向の上昇が挙げられるが、成人の多価不飽和脂肪酸 1 g に対するビタミン E 必要量を 0.4 mg とすると、通常の食事においては、ビタミン E は不足しやすい傾向にある。
- ウ. たんぱく質の摂取量が多い場合や、食事制限によりエネルギー摂取量が不足している状態で、たんぱく質・アミノ酸の異化代謝が亢進しているとき、ビタミン B₆ の必要量は減少する。
- エ. 食品中の葉酸は、調理・加工の過程や、摂取された後、胃の中（胃酸環境下）や小腸内でたんぱく質から遊離し、葉酸が欠乏すると、壊血病となる。

問3 次の表は、「個人の食事改善を目的として食事摂取基準を活用する場合の基本的事項」の一部を示したものである。表中の(①)～(③)に当てはまる語句を語群から1つずつ選び、記号で答えよ。ただし、同一番号には同一語が入る。

目的	用いる指標	食事評価	食事改善の計画と実施
エネルギー摂取の過不足の評価	(①) BMI	○(①)を測定 ○測定されたBMIが、目標とするBMIの範囲を下回っていれば「不足」、上回っていれば「過剰」のおそれがないか、他の要因も含め、総合的に判断	○BMIが目標とする範囲内に留まること又はその方向に体重が改善することを目的として立案 〈留意点〉定期的に体重を計測記録し、(②)以上フォローを行う
栄養素の過剰摂取の評価	(③)	○測定された摂取量と(③)から過剰摂取の可能性の有無を推定	○(③)を超えて摂取している場合は(③)未満になるための計画を立案 〈留意点〉(③)を超えた摂取は避けるべきであり、それを超えて摂取していることが明らかになった場合は、問題を解決するために速やかに計画を修正、実施する

語群

ア. 4週間	イ. 8週間	ウ. 12週間	エ. 16週間	オ. 耐容上限量
カ. 目安量	キ. 体重変化量	ク. 推奨量	ケ. 目標量	コ. 推定平均必要量

8 タンパク質について、以下の各問いに答えよ。

問1 「日本人の食事摂取基準（2025年版）」に示されたタンパク質維持必要量（g/kg 体重/日）を答えよ。

問2 タンパク質の説明として正しいものを次の中から1つ選び、記号で答えよ。

- ア. 複合タンパク質とは、天然タンパク質が酵素や物理的、化学的な作用で変化して生じたタンパク質で、コラーゲンが熱変性したゼラチンなどがある。
- イ. 食物が胃に入ると、その刺激により分泌される胃液中の塩酸で、胃内環境は pH4 程度になり、タンパク質は変性し消化酵素の作用を受けやすくなる。
- ウ. 血液や肝臓のタンパク質は代謝回転が非常に速いが、骨格筋や骨中のタンパク質は比較的遅く、筋肉タンパク質の平均半減期は 80 日、骨は 1 年である。
- エ. 筋肉からアラニンが肝臓に、肝臓からグルコースが筋肉に輸送される循環経路をグルコース-アラニン回路といい、タンパク質がエネルギー源となる代謝経路として重要である。

9 栄養素の相互作用について、以下の各問いに答えよ。

問1 糖質の摂りすぎにより過剰な蓄積を招き、肥満や脂肪肝の原因となる栄養素名を答えよ。

問2 栄養素の相互作用を調節するホルモンである、アドレナリンとインスリンのはたらきとして正しいものを次の中から1つずつ選び、記号で答えよ。

	分泌する器官	分泌のタイミング	血糖値の調節	おもなホルモン作用
ア	膵臓	食後	下げる	グリコーゲンの合成促進（肝臓、筋肉）、体脂肪・体タンパク質の合成促進
イ	膵臓	空腹時	上げる	グリコーゲンの分解促進（肝臓）、糖新生の促進
ウ	副腎	空腹時	上げる	グリコーゲンの分解促進（肝臓、筋肉）、体脂肪の分解促進
エ	副腎	空腹時	上げる	体タンパク質の分解促進、糖新生の促進