

食文化概論

問1 次の文章の（ ）にあてはまる語句を、下の1～4の中から一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

人は、加工・調理により、自然の食品にさまざまな処理をほどこし、食物の範囲を大幅に広げることができた。その中でもとくに、人類の食文化を象徴しているのは、「道具の使用」「火の利用」「（ ）」という3つの事柄であろう。

- 1 献立計画
- 2 食物の味付け
- 3 食材の保存方法
- 4 気候風土

問2 日本の食文化史に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 武家社会となった鎌倉時代は、質実剛健を旨とし、初期はそのままの気風が食生活にも見られ、玄米を主食に一汁三菜であった。
- 2 縄文時代の後期に、日本に水稻が伝来したといわれる。
- 3 大饗（だいきょう）料理とは、奈良時代に中国から伝わり、貴族の饗応（きょうおう）料理として発展したものである。
- 4 安土桃山時代は、頻繁に来航した南蛮船によって、じゃがいも、かぼちゃなどの南米原産の野菜やパン、南蛮菓子（カステラ、こんぺいとうなど）が伝えられた。

問3 郷土料理に関する組み合わせのうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | (郷土料理) | | (地方) |
|---|--------------|---|------|
| 1 | ずんだもち、しょつつる鍋 | — | 近畿 |
| 2 | 深川飯、佃煮 | — | 東北 |
| 3 | ほうとう、五平もち | — | 中部 |
| 4 | しば漬け、ふなずし | — | 関東 |

問4 調理師と食文化に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい

- 1 調理の仕事で追求する「おいしさ」には、風土や民族の各時代ごとの食文化の内容が反映してくる。
- 2 調理によって収入を得るといった独立した職業としての料理人が増加したのは、明治時代に入ってからといわれている。
- 3 調理師は、食を文化の視点から考察することも務めである。
- 4 調理師という名称が与えられるようになったのは、1958（昭和33）年、調理師法が制定されてからのことである。

衛 生 法 規

問1 調理師法に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 調理師免許証は、調理師試験に合格すると同時に都道府県知事から交付される。
- 2 調理師法に基づいて免許を受けた調理師でないものは、調理師又はこれとよく似た名称を用いることができない。
- 3 調理師免許証を失ったときは、再交付を申請することができる。
- 4 飲食店等で調理業務に従事する調理師は、2年ごとに氏名・住所その他厚生労働省令で定める事項について就業地の都道府県知事に届け出なければならない。

問2 調理師免許が取り消される可能性がある事項として、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 麻薬、あへん、大麻又は覚せい剤の中毒者である場合
- 2 犯罪を犯し、罰金以上の刑に処された場合
- 3 調理の業務に関しその責めに帰すべき事由により、食中毒その他衛生上重大な事故を発生させた場合
- 4 調理師免許証を紛失した場合

問3 食品衛生法に関する次の記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 食品衛生法で、飲食店を営業しようとする者は、厚生労働大臣の許可を受けなければならない。
- 2 飲食店営業を営む者は、食品衛生責任者を定めておかななければならない。
- 3 内閣総理大臣は食品や添加物等の表示について必要な基準を定めることができるが、基準に合う表示でなくても、販売・陳列などを行うことができる。
- 4 外国で使用が許可されている食品添加物であれば日本でも使用できる。

問4 食品衛生法に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 食品衛生法は、食品の安全性の確保のために、飲食に起因する衛生上の危害の発生を防止し、もって国民の健康の保護を図ることを目的としている。
- 2 食品、添加物、器具又は容器包装に関しては、公衆衛生に危害を及ぼすおそれがある虚偽の、又は誇大な表示又は広告をしてはならないとされている。
- 3 販売及び営業に使用する食品、添加物、器具又は容器包装を輸入する場合は、その都度、都道府県知事に届け出なければならない。
- 4 食品等事業者は、食品衛生上の危害の発生防止に必要な限度において、必要な情報に関する記録を作成し、これを保存するように努めなければならない。

公衆衛生学

問1 わが国の衛生行政に関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 国の学校保健の中心となるのは厚生労働省である。
- 2 消費者・生活者の視点に立った消費者行政が求められ、平成21年には消費者庁が設置されている。
- 3 保健衛生行政の第一線機関は国民生活センターである。
- 4 現在のわが国の保健衛生行政は社会防衛的な視点に重点が置かれている。

問2 次の記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 わが国の乳児死亡率は、平成20年で2.6と非常に低く、世界でもトップクラスの水準である。
- 2 合計特殊出生率とは、1人の女性が一生の間に生む平均子ども数を表す。
- 3 妊娠満22週以後の死産と、生後1ヶ月未満の新生児死亡を合わせたものを周産期死亡という。
- 4 0歳の平均余命を平均寿命という。

問3 近年の国民健康・栄養調査に関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 野菜類の1人1日あたり平均摂取量は成人全体で350gに達している。
- 2 食塩の1人1日あたり平均摂取量は成人全体で8gを下回っている。
- 3 成人男性の50%以上は運動習慣がある。
- 4 朝食の欠食率は20歳代女性では30%以下である。

問4 次の記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 わが国の喫煙率は他の先進国に比べ、男性が低く、女性が高い。
- 2 「健康日本21」とは、21世紀における国民健康づくり運動のことであり、平成12年に開始された。
- 3 平成17年には、「生活習慣病予防対策」と「介護予防対策」に重点を置いた健康フロンティア戦略が開始されている。
- 4 「健康日本21」では、未成年者の飲酒をなくすことを目標にかかげている。

問5 次の感染症予防方策のうち、「感染経路対策」として正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 検便
- 2 うがい
- 3 検疫
- 4 予防接種

問6 がんに関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 悪性新生物（がん）による死因別順位は第1位であるが、がんの年齢調整死亡率を見ると、全体では男女ともにわずかに減少している。
- 2 野菜・果物の摂取不足は各種がんの危険因子となる。
- 3 脂肪の過剰摂取は乳がんの危険因子となる。
- 4 男性のがんの粗死亡率では、前立腺、胃、肺の順に多い。

問7 次の記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 全国の小学校の学校給食の普及率はほぼ100%である。
- 2 学校給食は、健康増進法の規定に基づいて実施されている。
- 3 就学時健康診断は、就学4ヶ月前までに実施される。
- 4 学校長は、感染症にかかっている児童・生徒、学生または幼児がいるときは出席を停止させることができる。

問8 次の記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」に基づき、産業廃棄物は都道府県が責任をもって処理することとなっている。
- 2 窒素酸化物は酸性雨の原因物質となる。
- 3 生活至適温度は18℃付近である。
- 4 水道水を検査した場合の塩化物イオンは200mg／リットル以下と規定されている。

問9 次の記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 平成19年の国民健康・栄養調査結果においては、内臓脂肪症候群が強く疑われる者または予備群は男性で約2人に1人、女性で約5人に1人であった。
- 2 最近、糖尿病性腎症による慢性腎不全が増えてきている。
- 3 高血圧症の有病率は疾患中でいちばん高い。
- 4 心疾患の危険因子として、高コレステロール血症、高血圧、飲酒が3大危険因子としてあげられる。

栄 養 学

問1 脂質に関する記述のうち、**正しいもの**を一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 エネルギー源としてすぐれており、1 gで8 k c a lのエネルギーを出す。
- 2 体内で代謝されるときにビタミンB₁を必要としないので、ビタミンB₁節約作用がある。
- 3 脂溶性ビタミンのA、D、E、Kの供給に関与し、吸収をさまたげる作用がある。
- 4 血中コレステロールのうち、HDLコレステロールが多すぎると動脈硬化が進み、生活習慣病の原因となる。

問2 生活習慣病に関する記述のうち、**誤っているもの**を一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは、内臓に脂肪が蓄積されたことにより、脂質異常、高血圧、高血糖といった代謝異常を起こしている状態である。
- 2 運動不足でエネルギー過剰の人は、肥満、高血圧、虚血性心疾患、糖尿病、脂質異常症などになりやすい。
- 3 日本人の食事摂取基準2010年版において、総エネルギーの30%以上を脂質でとるのが適当とされる。
- 4 糖尿病はすい臓から分泌されるホルモンのインスリンが不足したり、その働きが悪くなって起こる病気である。

問3 炭水化物に関する記述のうち、**誤っているもの**を一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 グルコマンナン、セルロースなどの難消化性多糖類(食物繊維)が腸の蠕動(ぜんどう)運動を促進して便秘を予防する。
- 2 炭水化物の中で、特に砂糖、果糖のとりすぎは肥満や動脈硬化になりやすいので、注意が必要である。
- 3 炭水化物の代謝にはビタミンB₁が必要なので、砂糖や穀類はビタミンB₁を多く含む食品とともに食べることが望ましい。
- 4 食物中のでんぷんは、マルターゼによって麦芽糖に分解される。

問4 ビタミンの性質と多く含む食品の組み合わせのうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | | | |
|---|--------------------|----|---------|----|-------|
| 1 | ビタミンA | —— | 水に溶ける | —— | キノコ類 |
| 2 | ビタミンC | —— | 加熱に弱い | —— | 新鮮な野菜 |
| 3 | ビタミンE | —— | 血液凝固に関与 | —— | 胚芽油 |
| 4 | ビタミンB ₂ | —— | 脂質代謝に関与 | —— | 精白米 |

問5 消化吸収に関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 たんぱく質は、消化酵素によって加水分解され、大腸壁から吸収される。
- 2 カルシウムは小腸で吸収され、その吸収はビタミンDにより促進される。
- 3 ビタミンB₁、B₂、Cは脂溶性ビタミンであり、脂質とともに摂取すると吸収がよくなる。
- 4 鉄は小腸で吸収され、吸収率は高く、食品中の鉄の80%前後と考えられている。

問6 日本人の食事摂取基準2010年版に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 日本人の食事摂取基準とは、健康な個人または集団を対象としている。
- 2 日本人の食事摂取基準は、年齢別、性別の基準体位をもとに作成され、ほぼ10年ごとに改訂されている。
- 3 耐容上限量とは、ほとんど全ての人々が健康障害をもたらす危険がないとみなされる習慣的な摂取量の上限を与える量である。
- 4 ナトリウム（食塩相当量）の「目標値」が男性10g未満から9g未満へ、女性8g未満から7.5g未満へ変更された。

問7 病態栄養に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 貧血の中で最も多いのは、鉄欠乏性貧血であり、鉄分、たんぱく質、エネルギー不足などから起こる。
- 2 成人後の肥満は、個々の脂肪細胞が大きくなった結果であり、食事療法の効果が上がりやすい。
- 3 血中コレステロールが高い人は、動物性脂肪と食物繊維の多い食品を制限する。
- 4 痛風は血中の尿酸値が異常に高くなり、関節に尿酸塩を沈着して特徴的な関節発作を生じるものであり、食事はプリン体を多く含む内臓や獣鳥肉類を避け、アルコールの飲み過ぎに注意する。

問8 母子栄養に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 妊娠期には、妊娠高血圧症候群、肥満、糖尿病などになりやすく、これらを予防するためには、塩分を控え、エネルギーの過剰摂取を避け、糖分のとりすぎに注意する。
- 2 母乳の栄養成分の組成は理想的であり、感染抑制作用を持つ免疫グロブリンなども含まれている。
- 3 はちみつは、生後6か月まではボツリヌス菌による食中毒予防の観点から与えない。
- 4 幼児期の食事や間食は、塩味、甘味を控えて、食品本来の味がわかる敏感な味覚を養い、虫歯や高血圧を予防するように心がける。

問9 無機質（ミネラル）に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 カルシウムはリンの量が多すぎても少なすぎても吸収が悪くなり、利用率が低下する。一般的にはカルシウムとリンの比率が1：2のとき利用率がよいとされている。
- 2 亜鉛の欠乏症として、皮膚炎、脱毛症、発育不全、味覚・嗅覚の低下などがある。
- 3 マグネシウムが欠乏するとけいれんや心筋梗塞を起こしやすくなり、加工食品に偏る食生活では不足が起こりやすい。
- 4 ナトリウムの過剰摂取は高血圧、動脈硬化などの生活習慣病を招きやすいため、薄味を心がける必要がある。

食 品 学

問1 次の記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 食物は、人が必要とする栄養素を含み、風味がよければ、衛生上安全でなくてもよい。
- 2 栄養素を大別すると、エネルギー源となる栄養素、体組織をつくる栄養素、体の機能を調節する栄養素となるが、食品の多くは、単一でこれらを調和よく含んでいる。
- 3 動物性食品は、炭水化物を多く含む。
- 4 栄養素を少なくとも1種類以上含み、毒性がなく、嗜好に適したものを食品という。

問2 食品の加工に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 「ゆば」は、大豆からつくった豆乳を平なべで熱し、表面にできた膜を乾燥させてつくる。
- 2 「こんにゃく」は、こんにゃくいもを粉にし、多量の水で膨潤（ぼうじゅん）させ、酢酸を加えて固める。
- 3 「マヨネーズ」は、卵黄（あるいは全卵）に食塩などを加え、さらに酢やサラダ油を混ぜながら強く攪拌（かくはん）し、乳化させてつくる。
- 4 乾燥野菜をつくるために、蒸したり、ゆでたりする工程があるが、これは野菜の中の酵素の作用を止めることを目的としている。

問3 植物性食品の成分特性に関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 植物性食品の中でも大豆はたんぱく質や脂質が多い。
- 2 一般に果実類は、たんぱく質であるペクチンを含んでいる。
- 3 植物性食品は一般に食物繊維が少なく、動脈硬化や大腸がんなどの予防には役立たない。
- 4 穀類はエネルギー源とはならない。

問4 次の記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 豚肉は、他の肉類よりビタミンB₁が少なく、肝臓に含まれる鉄は、牛肉の約3分の1である。
- 2 鶏肉は、繊維が細く、脂質は少なく消化がよい。
- 3 羊肉は、独特のおいがある。子羊肉をラム、成羊肉をマトンという。
- 4 牛肉は、良質のたんぱく質を含み、肝臓はビタミンAや鉄などの栄養価が高い。

問5 食用微生物の働きを利用した組み合わせのうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

[利用する微生物]		[主な加工食品]
1 酵母	——	かつお節
2 カビ	——	ビール、ワイン、パン
3 細菌	——	納豆、ヨーグルト、酢
4 カビと酵母	——	漬けもの

問6 食品の貯蔵に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 冷蔵・冷凍法は、低温によって細菌の活動をおさえる方法で、冷蔵庫はこの理によるものである。
- 2 食塩、砂糖、酢などの濃厚液は脱水作用があり細菌の繁殖を防ぐ。
- 3 土中埋蔵は、食品を生のまま土中に貯蔵する方法で、一般にだいこんやにんじんなどの根菜類の保存に応用される。
- 4 ガス貯蔵法は、酸素を多くし、炭酸ガスなどを少なくした人工空気の中で密閉して貯蔵する方法である。

食 品 衛 生 学

問1 腸管出血性大腸菌O157に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 腸管内で増殖した菌が産生するベロ毒素により激しい腹痛と出血性大腸炎を起こす。
- 2 熱に抵抗性があり、汚染された食品を加熱しても菌は死滅しない。
- 3 幼少児童や高齢者が感染すると、腎臓障害（溶血性尿毒症症候群）を起こすこともある。
- 4 約100個程度の少量の菌で発症するが、潜伏期間は長く4～9日である。

問2 食品添加物及び食品残留農薬に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 食品添加物は、指定添加物、既存添加物、一般に食品として使われる添加物、天然香料の4種類からなる。
- 2 残留基準が定められていない農薬は、ポジティブリスト制度により規制される。
- 3 食品添加物には全て使用基準があり、1日摂取許容量をもとに使用基準を決めている。
- 4 食品の保存性をよくし、食中毒を予防する目的で使用される添加物に、殺菌料、保存料、防かび剤などがある。

問3 洗浄及び消毒に関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 日光消毒は消化器系感染症に効力があり、日光が直接当たらないまな板の裏等にも有効である。
- 2 中性洗剤は石けんより洗浄力が弱く、硬水では効力がない。
- 3 食器と調理器具は煮沸消毒が最もよく、煮立った熱湯に30秒間浸すとよい。
- 4 逆性石けんは洗浄力が非常に強いが、殺菌力はほとんどない。

問4 カンピロバクターに関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 菌数が少量でも発症し、1年を通じて発症が見られる。
- 2 5℃以下の低温で死滅する。
- 3 鶏の保菌率は高いが、新鮮な鶏肉であれば、加熱不十分でも発症することはない。
- 4 潜伏期間は比較的短く1～5時間である。

問5 細菌性食中毒の原因菌の原因食品及び潜伏期間の組み合わせのうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | | | |
|---|---------|----|----------------|----|----------|
| 1 | 腸炎ビブリオ | —— | 海産の魚介類及びその加工品 | —— | 4～9日間 |
| 2 | サルモネラ属菌 | —— | 保菌動物の肉や卵の加熱不十分 | —— | 10時間～3日間 |
| 3 | セレウス菌 | —— | 人の鼻腔内や化膿巣 | —— | 1～6時間 |
| 4 | ボツリヌス菌 | —— | 肉類、プリン、スープ | —— | 30分以内 |

問6 食品保健行政に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 食品関係営業者は、自主管理を強化し、自らが自らの製品に対し責任を持つという基本姿勢が強く求められている。
- 2 食品安全委員会は、厚生労働省や農林水産省に対し、食品の安全確保に関する施策などの勧告を行う権限を持つ。
- 3 食品衛生とは、食品、添加物、器具及び容器包装、おもちゃ、洗剤が対象であり、薬事法による医薬品は含まれない。
- 4 食品の製造加工技術の進歩などから、日付表示の方法が製造年月日表示に改められている。

問7 調理取り扱い者の衛生管理に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 仕事着や帽子などを着けたまま調理室から出たり、便所に行ってはならない。
- 2 手を洗う時は、常に付けている指輪はいいが、時計は外し、石けんで十分に洗い、消毒後、手洗い所に設置されている共用タオルでよく拭く。
- 3 調理中に話をしたり、むやみに手で頭や衣服、顔などをいじってはならない。
- 4 体の具合の悪いときや下痢をしたときは、医師の健康診断を受けて、完全に治ってから仕事をしなければならない。

問8 寄生虫と感染源となる食品の組み合わせの記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | |
|---|------------|----|-----------------|
| 1 | トキソプラズマ | —— | 豚肉 |
| 2 | アニサキス | —— | アジ、イカ、サバ |
| 3 | 横川吸虫 | —— | 野菜類 |
| 4 | クリプトスポリジウム | —— | 家畜等の糞便で汚染された飲料水 |

問9 ノロウイルスに関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 ノロウイルスの消毒には消毒用アルコールは効力があり、次亜塩素酸ナトリウムは効果が期待できない。
- 2 熱には強く、100℃以上でも不活化しない。
- 3 主な症状は、黄疸（おうだん）を伴う急性肝炎である。
- 4 人の小腸の中のみで増殖し、食品中では増殖できない。

問10 食品の取扱いに関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 かば焼き、照り焼きなどたれをつけて加熱する時は、加熱前や加熱中につけ込むたれと、加熱済みのものにつけるたれと区別する。
- 2 煮込み料理は保存中にウェルシュ菌が爆発的に増えることがあるので、前日調理、作り置きはしない。
- 3 生肉は食中毒細菌が付いている恐れがあるので専用のまな板、包丁、ボウルなどを使用する。
- 4 保存食として、調理前の食材及び調理済みの食品を-20℃以下で1週間保存する。

問11 自然毒による食中毒に関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 バラハタ、バラフェダイなどの魚が含有する大量のワックスによりシガテラ中毒になることがある。
- 2 フグの毒性分はテトロドトキシンといい、フグの種類や、フグの部位によって毒力が違う。
- 3 食品にカビが付着して産生する毒はエンテロトキシンといい、発がん性が強い。
- 4 きのはソラニンという毒性分を含むものがあるので、はっきりしないものは食べない。

問12 調理場の衛生管理に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 床面からはね水による汚染を防止するため、加工台は60cm以上の高さにする。
- 2 冷蔵庫に調理品と材料を同時に冷蔵する場合は、区画を設けて別々に保管する必要がある。
- 3 井戸水の水質検査が飲用適であっても塩素剤で常時消毒することが必要である。
- 4 寄生虫や細菌が増殖しないように、調理場内は高温多湿で保つ。

調理理論

問1 大さじ1杯（15cc）の重量として、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | |
|---|------|----|-----|
| 1 | みそ | —— | 18g |
| 2 | しょうゆ | —— | 18g |
| 3 | 酢 | —— | 15g |
| 4 | 上白糖 | —— | 6g |

問2 五つの基本味（五味）として、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 うま味
- 2 辛味
- 3 苦味
- 4 酸味

問3 天然色素とそれを含む食品の組み合わせとして、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | |
|---|---------|----|------------|
| 1 | フラボノイド系 | —— | かんきつ類、にんじん |
| 2 | アントシアン系 | —— | 大豆、小麦、れんこん |
| 3 | クロロフィル系 | —— | 緑黄色野菜、海藻 |
| 4 | カロテノイド系 | —— | 果物、しそ |

問4 6つの基礎食品（厚生労働省）に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 1類は、たんぱく質となる食品で、豆、魚、肉、卵などである。
- 2 2類は、主に無機質で、乳、小魚、海藻などである。
- 3 3類は、主に脂質で、食用油脂などである。
- 4 4類は、ビタミンCの多い淡色野菜や果物である。

問5 妊娠・授乳中の献立作成について、最も適するものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 濃い味付けや強い刺激物は避けた方がよい。一度に多量を与えるより、おやつを含め回数を増やす。
- 2 エネルギー、たんぱく質のほか、無機質（特にカルシウムと鉄）を十分摂取できるよう配慮する。
- 3 たんぱく質と脂質は、動物性よりむしろ植物性のものがよく、穀類より野菜を多くとるようにする。
- 4 主食より副食の充実をはかり、食事の量を十分与える。

問6 包丁に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 同じ力で下へ押し下げたとき、薄刃の方が左右に切り分ける力の比が大きく、刃が厚いほど、下へ切り下げる力が大きく働く。
- 2 片刃の包丁は、切り口の一方にだけ力が加わるので、刺身のように塊をその一端から切っていくのに適している。
- 3 両刃は両側に力が加わるので、芋、野菜など組織のかたいものを両切りや輪切りにするのによい。
- 4 やわらかい物は押し切り、かたいものは引き切り、さらにかたい魚の骨などは、たたき切りにする。

問7 小麦粉に関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 小麦粉に水を加えて、攪拌（かくはん）していると、粘りと弾力が減少する。
- 2 グルテンの多い強力粉は、主にパン用、それに次ぐ中力粉はめん用、グルテンの少ない薄力粉は、菓子、天ぷら用などと使い分ける。
- 3 小麦粉に水分を含ませた塊をバター（流動性なし）またはドウ（流動性あり）という。
- 4 砂糖を添加すると、グルテンの粘弾性、伸展性が増す。

問8 牛肉の部位と一般的な料理の組み合わせのうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | |
|---|-------|---|-----------|
| 1 | テール | — | スープ |
| 2 | サーロイン | — | ステーキ |
| 3 | すね肉 | — | カツレツ、ステーキ |
| 4 | リブロース | — | 網焼き、すき焼き |

問9 卵とその調理に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 約65℃の湯の中に20～30分保つと、卵黄はほぼ固まり、卵白の方がドロドロした「温泉卵」が出来る。
- 2 卵を沸騰した湯の中で、殻ごとゆでた場合、9分以上で完全な固ゆで、3分以上で好みに応じた半熟卵になる。
- 3 茶碗蒸しは、沸騰させると気泡が発生し、それを包んだまま固まるので、「す」が立ちやすい。
- 4 固ゆで卵の卵黄の周りが暗緑色になるのは、硫黄（いおう）と鉄分が70℃以上の加熱で化合したためである。

問10 食酢に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 ゆで卵や落とし卵の熱水中に酢を入れておくのは、たんぱく質の熱凝固を速めるためである。
- 2 なますや酢のものなど、水分を引き出し、しんなりさせる。
- 3 ごぼうやうどんなど、アク抜きを助ける。
- 4 酢れんこんやカリフラワーのゆで物など、アントシアニンに作用し、色を白くする。

問11 乾物の吸水後の膨潤容積の組み合わせのうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | |
|----------|----|-------|
| 1 ゆば | —— | 約6倍 |
| 2 凍り豆腐 | —— | 約7倍 |
| 3 干ししいたけ | —— | 約2.3倍 |
| 4 白米 | —— | 約1.8倍 |

問12 主な揚げ物と温度と時間の組み合わせのうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | | |
|-----------------|----|----------|----|--------|
| 1 精進揚げ（いも、れんこん） | —— | 160～180℃ | —— | 3分 |
| 2 コロッケ | —— | 160℃ | —— | 0.5～1分 |
| 3 ドーナツ | —— | 200℃ | —— | 3分 |
| 4 ポテトチップス | —— | 190℃ | —— | 2～3分 |

問 13 食品の切り方のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | |
|---|--------|---|-------|
| 1 | せん切り | 2 | かつらむき |
| 3 | いちよう切り | 4 | 短冊切り |

問 14 電子レンジに関する記述のうち、正しいものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 マイクロ波を食品に照射し、そのエネルギーが食品中で熱に変わり、非常な速度で発熱が起こる。
- 2 マイクロ波は、金属に当たると反射し、木、紙、プラスチックなどに当たると通過し、いずれも発熱する。
- 3 温度上昇は遅く、加熱時間は長い。
- 4 小きざみな温度調節がしやすい。

問 15 調理用語に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- | | | | |
|---|------|---|--|
| 1 | 八方だし | — | 水にみりん、酒、しょうゆ、かつお節を入れて煮立てて、こしたもの。 |
| 2 | 面取り | — | 切った野菜の角を薄く切り取り、丸みをつけること。煮くずれをふせぎ、きれいに仕上げること。 |
| 3 | さし水 | — | 最初から水を加え、材料をゆでること。 |
| 4 | 板ずり | — | まな板の上で、塩をまぶした材料を手の平で、軽く押さえながら前後に転がすこと。 |

問 16 寒天の特徴に関する記述のうち、誤っているものを一つ選び、その番号を答案用紙に記入しなさい。

- 1 原材料は、海藻（てんぐさ、おごのり）である。
- 2 凝固温度は、5～12℃で、冷蔵庫に入れないと固まらない。
- 3 溶解温度は、90～100℃なので、沸騰させて煮溶かす。
- 4 主成分は、糖質（多糖類）である。