

指示があるまで開いてはいけません

公益社団法人調理技術技能センター

# 平成 28 年度 調理師試験問題

## ◆ 受験の際の注意事項 ◆

1. 試験問題は 15 ページで全 60 問です。
2. 携帯電話などの通信・電子機器を時計の代わりに使用することは禁止します。  
必ず電源を切ってカバン等にしまってください。
3. 解答用紙の氏名・受験番号が誤っていないかを確認してください。
4. 問題の解答は、必ず解答用紙に記入してください。
5. 解答は、HB の鉛筆を使ってマークしてください。  
訂正するときは、消しゴムで完全に消してください。
6. 正解は一つの問題について一つだけです。  
2 か所以上にマークすると、その解答は無効になります。
7. 試験終了後、試験問題はお持ち帰りください。
8. この試験問題の著作権は公益社団法人調理技術技能センターにあります。  
取り扱いには十分注意してください。

※解答用紙の記入例

問題

1 我が国の首都として、正しいものを一つ選びなさい。

1 東京  
2 名古屋  
3 京都  
4 大阪

解答

1	(1)	(2)	(3)	(4)	→	1	●	(2)	(3)	(4)
---	-----	-----	-----	-----	---	---	---	-----	-----	-----

良い例：●      悪い例：(1) ● W ← ✓ ○

問題の内容や解答についてのお問い合わせには一切お答えできません。

# 公衆衛生学

- 1 我が国の健康水準に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。
  - 1 平成 25 年（2013 年）の男性の平均寿命は、女性より約 6 年長い。
  - 2 平成 25 年（2013 年）の死亡率（粗死亡率）は、緩やかに低下している。
  - 3 過去 50 年間の平均寿命の向上には、医療技術の進歩が寄与している。
  - 4 健康寿命は、平均寿命から平均余命を差し引くことで求められる。
  
- 2 平成 12 年（2000 年）に作成された「食生活指針」に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。
  - 1 5 項目の実践目標が設定されている。
  - 2 目標の一つに「食塩や脂肪は控えめに」がある。
  - 3 1 日に「何をどれだけ」食べたらよいかが表示されている。
  - 4 食育を所管する内閣府によって作成された。
  
- 3 健康増進法に規定されている事項として、正しいものを一つ選びなさい。
  - 1 食育推進基本計画法の策定
  - 2 食事バランスガイドの普及
  - 3 食品ロスの抑制
  - 4 受動喫煙の防止
  
- 4 労働災害に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。
  - 1 個人のミスや不注意によって起こるものではない。
  - 2 作業開始 3 時間目くらいからは、発生が減少している。
  - 3 気温が上昇する夏季には、発生が減少している。
  - 4 作業中のミスや不注意は、疲労がたまると起こりやすくなる。
  
- 5 ごみに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。
  - 1 ごみを燃やしたとき排出される有害物質にダイオキシン類がある。
  - 2 生活の便利さの追求と経済性重視の社会では、ごみの排出が抑制される。
  - 3 一般家庭の日常生活によって排出されるごみを生活廃棄物という。
  - 4 工場などの事業活動によって排出されるごみを経済廃棄物という。

6 我が国における平成 24 年（2012 年）の死亡原因の 1～3 位の順位の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 がん —— 脳血管疾患 —— 心疾患
- 2 がん —— 心疾患 —— 肺炎
- 3 結核 —— がん —— 心疾患
- 4 肺炎 —— 心疾患 —— がん

7 「健康日本 21（第 2 次）」に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 平均寿命の延伸を図ることを目的としている。
- 2 生活習慣病の二次予防に重点を置いている。
- 3 健康増進法には、「健康日本 21（第 2 次）」を推進するための地方計画の策定が規定されている。
- 4 毎年、改善目標の達成度を評価することが決められている。

8 食育の推進に関する課題について、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 生活習慣病の増加
- 2 フードマイレージの増大
- 3 食料自給率の低迷
- 4 摂取エネルギーの割合に対する炭水化物の増大

9 「水質汚濁に係る環境基準」において、検出されてはならないとされている物質として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 全シアン
- 2 鉛
- 3 六価クロム
- 4 ふっ素

10 公害病と主な原因物質の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《公害病》        | 《主な原因物質》 |
|--------------|----------|
| 1 水俣病（熊本） —— | カドミウム    |
| 2 四日市ぜんそく —— | 二酸化硫黄    |
| 3 イタイイタイ病 —— | メチル水銀    |
| 4 川崎公害 ——    | 一酸化炭素    |

# 食品学

11 糖類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ショ糖は、還元糖である。
- 2 麦芽糖は、水あめに多く含まれる。
- 3 異性化糖は、ショ糖の加水分解物である。
- 4 D-フルクトースは、乳糖の構成糖である。

12 いも類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 じゃがいものでんぷんは、「上新粉」と呼ばれている。
- 2 さといもに含まれる粘質物は、グルコマンナンである。
- 3 さつまいもは、加熱するといも中に含まれるアミラーゼの作用によって甘味が増す。
- 4 苦味種のキャッサバには、有毒物質のソラニンが多く含まれる。

13 食品とその原料に関する組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《食品》	《原料》
1 納豆	いんげん豆
2 トウバンジャン	ささげ
3 豆苗	大豆
4 はるさめ	緑豆

14 野菜に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ほうれん草の東洋種は、西洋種に比べるとシュウ酸含量が多い。
- 2 小松菜は、1年中出回っているが、本来の旬は冬である。
- 3 ねぎには、九条ねぎ、千住ねぎ、加賀ねぎなどがあり、旬は夏である。
- 4 春キャベツは、冬キャベツに比べると肉質がかためで、加熱調理に向く。

15 海藻に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 生のひじきは、渋味が多いので、水煮して渋味を抜き食用とする。
- 2 海藻には、でんぷんなどの消化性多糖類が多く含まれる。
- 3 あまのりは、寒天の原料となる。
- 4 干しこんぶの表面に見られる白色粉末は、うま味成分のイノシン酸である。

16 魚類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 魚肉に約3%の食塩を加えてすり潰すと、粘り気のあるすり身ができる。
- 2 苦悶死させた魚は、生け締めした魚に比べ死後硬直時間が長い。
- 3 魚肉中のコラーゲンは、食肉類に比べて多い。
- 4 さけ・ますの肉色の紅色は、クリプトキサンチンによるものである。

# 栄養学

17 人体を構成する成分に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 人体は、酸素、炭素、水素、窒素の4元素のみで構成されている。
- 2 体重に占める割合は、脂質より糖質の方が高い。
- 3 体重に占めるミネラルの割合は、約25%である。
- 4 体重に占める割合が最も高いものは、水である。

18 食物繊維の働きについて、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 排便促進
- 2 血中コレステロール値の正常化
- 3 食後の血糖値上昇促進
- 4 糖尿病予防

19 多糖類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 アミロースは、枝分れ構造をもつでんぷんである。
- 2 グリコーゲン、植物に含まれる。
- 3 セルロースは、消化されてヒトのエネルギー源になる。
- 4 でんぷんは、多数のぶどう糖で構成されている。

20 単純たんぱく質として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 グルテリン
- 2 カゼイン
- 3 ヘモグロビン
- 4 リポたんぱく質

21 胃における消化・吸収に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 胃の内容物は、少しずつ結腸に送り出される。
- 2 胃では、たんぱく質の消化が行われる。
- 3 胃では、アルカリ性の胃液が分泌される。
- 4 胃では、ぶどう糖の吸収が行われる。

22 コラーゲンの合成に必須なビタミンとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ビタミンB<sub>1</sub>
- 2 ビタミンB<sub>12</sub>
- 3 ビタミンC
- 4 葉酸

23 カルシウムに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 腸管でのカルシウムの吸収は、ビタミンDによって抑制される。
- 2 腸管でのカルシウムの吸収率は、牛乳の方が野菜より高い。
- 3 腸管でのカルシウムの吸収率は、リンの過剰摂取で上昇する。
- 4 体内のカルシウムの約50%が、骨や歯に含まれる。

24 「日本人の食事摂取基準」で、過剰摂取による健康被害の回避を目的とした指標として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 目安量
- 2 目標量
- 3 耐用上限量
- 4 推定エネルギー必要量

25 「食事バランスガイド」に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 食事の望ましい組み合わせやおおよその量をイラストで示している。
- 2 主食の1つ(SV)は、主材料に由来するカロリー数を基準としている。
- 3 主菜の1つ(SV)は、主材料に由来する脂質の量を基準としている。
- 4 牛乳・乳製品の1つ(SV)は、主材料に由来するたんぱく質の量を基準としている。

# 食品衛生学

26 微生物の増殖条件に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 リステリア・モノサイトゲネスは、4℃以下の低温でも増殖する。
- 2 ボツリヌス菌は、酸素がない環境では増殖できない。
- 3 E型肝炎ウイルスは、付着した食品の表面で増殖する。
- 4 大腸菌は、増殖に適した条件下では、約20時間で1個が2個に分裂増殖する。

27 食品の微生物汚染に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 自然環境下で生産された食品原材料は、微生物による汚染を受けていない。
- 2 食品を汚染する微生物は、すべて製造・加工などの過程で2次的に付着したものである。
- 3 食品中の特定の微生物の数を、人工的に制御することはできない。
- 4 食品中には様々な微生物が存在し、その食品固有の微生物集団（微生物叢、マイクロフローラ）を形成している。

28 食物アレルギーに関する記述について、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 食物アレルギーは、直ちに対応しないと生命にかかわる重篤な状態もある。
- 2 そば、落花生による食物アレルギーは、症状が重い。
- 3 食物アレルギーは、果物が原因で起こることはない。
- 4 食物アレルギー発症予防のためには、原因物質（アレルゲン）となる食品を摂取しないようにする。

29 食器の洗浄方法に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 陶磁器の食器は、たわしでこすって汚れを落とす。
- 2 ガラス食器は、ぬるま湯に洗剤を溶かした中でスポンジなどのやわらかいもので洗う。
- 3 金属の食器は、洗浄前に漂白剤につける。
- 4 木製の食器は、洗浄前に長時間水につけ、十分に水を吸収させてから洗う。

30 食品調理施設・設備の衛生管理に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ドライシステムとは、床面に常に水を流した状態で作業する方式である。
- 2 井戸水を用いる場合は、殺菌・ろ過や定期的な水質検査が必要である。
- 3 手洗い設備は、調理の邪魔にならないよう、小型のものを作業場の奥に設置する。
- 4 ネズミやハエが病原菌を媒介することはないので、少数であれば駆逐の必要はない。



31 食品衛生法に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 食品や添加物の製造加工工程で有害物質の混入を防ぐため、都道府県知事は、必要な基準を定めることができる。
- 2 飲食店や食品製造業など、政令で定める業種には営業許可規定が設けられ、厚生労働省が設置基準を定めることとなっている。
- 3 営業者が食品衛生法に違反、または食中毒を起こすと、営業の禁止・停止等を命じられることがある。
- 4 飲食店や食品製造業などの営業許可業種を営もうとする者は、厚生労働大臣の許可を受けなければならない。

32 HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point) に関する記述について、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 導入することで、記録文書の作成および保管を省略することができる。
- 2 確実に実行すれば、最終製品の検査を一つひとつ行わなくても安全性が確保できる。
- 3 食品衛生法においても重要視されており、営業者の自主管理手法として導入・普及が進んでいる。
- 4 効果的に機能させるには、一般的衛生管理プログラムが確実に実行されていることが、大前提である。

33 原因施設別食中毒発生数(平成16年(2004年)～平成25年(2013年)合計)に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 事件数がもっとも多い施設は、給食施設である。
- 2 患者数がもっとも多い施設は、仕出屋である。
- 3 死者数がもっとも多い施設は、家庭である。
- 4 原因が判明した施設数は、9割を超えている。

34 食物から感染する寄生虫と中間宿主の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《寄生虫》	《中間宿主》
1 アニサキス	アユ
2 クドア・セブテンブクタータ	アジ
3 横川線虫	ホタルイカ
4 日本海裂頭条虫	サクラマス

35 有毒植物と有毒成分の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《有毒植物》	《有毒成分》
1 ジャガイモの発芽部分	—— メチルピリドキシン
2 青ウメの種子	————— アミグダリン
3 モロヘイヤの完熟種子	—— ソラニン
4 ギンナン	————— ストロフェチジン

36 経口感染症に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 感染症が発生するためには、感染源、経路、非感受性の三要因が必要である。
- 2 近年の腸チフス感染患者は、多くは国内感染者である。
- 3 コレラ菌は、食品衛生法施行規則の改正に伴い食中毒の病因物質に加えられた。
- 4 パラチフスは、人畜共通感染症である。

37 経口感染症の分類の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《経口感染症》	《分類》
1 腸管出血性大腸菌感染症	—— 1 類感染症
2 ボツリヌス症	————— 2 類感染症
3 感染性胃腸炎	————— 3 類感染症
4 E 型肝炎	————— 4 類感染症

38 食材の保存・保管に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 原材料の検食は、 $-10^{\circ}\text{C}$ 以下で保存する。
- 2 魚介類は、 $5^{\circ}\text{C}$ 以下で保存する。
- 3 食肉類は、 $15^{\circ}\text{C}$ 前後で保存する。
- 4 野菜・果物類は、 $20^{\circ}\text{C}$ 前後で保存する。

39 「大量調理施設衛生管理マニュアル」における給水の衛生管理に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 受水槽を使用している場合は、遊離残留塩素が $0.01\text{mg/l}$ 以上あることを確認し、記録する。
- 2 受水槽は、専門業者に委託し年1回以上清掃し、その証明書を1年間保存する。
- 3 水は、色、濁り、におい、異物を作業中に毎日検査し、記録する。
- 4 井戸水は、公的検査機関に依頼し、年1回以上水質検査を行い、その結果を1年間保存する。

40 食品や器具の消毒に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 アルコール殺菌は、対象物の表面が濡れていると殺菌効果は弱まる。
- 2 殺菌灯殺菌に用いられる紫外線は、100nm 前後の波長である。
- 3 次亜塩素酸ナトリウム希釈液は、希釈後の時間が経過しても効果は落ちない。
- 4 オゾン水を使用する殺菌は、使用後は食品を水で充分洗い流す必要がある。

# 調理理論

- 41 小麦に関する記述で、に入る語句の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。  
『胚乳は、小麦粒の約  A %を占めており、炭水化物と  B が主成分で、小麦粉になる成分である。』

	A	B
1	75	たんぱく質
2	75	脂質
3	3	たんぱく質
4	3	脂質

- 42 食べ物の味に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 おいしさには、食感（テクスチャー）や温度は影響しない。
- 2 物理的要因は、甘味、酸味、塩味などである。
- 3 空腹感、健康状態、食体験は影響しない。
- 4 味は、舌の味蕾を介して感じる。

- 43 茶碗蒸しに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 卵とだし汁は、熱いうちに合せる。
- 2 塩分濃度は、約5%である。
- 3 卵とだし汁の割合は、1対3が基本である。
- 4 すが立たないように100℃で加熱する。

- 44 大量調理に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 煮物は、煮くずれしやすい。
- 2 炒め物は、材料を数回に分けて入れるより一度に入れると仕上がりがよい。
- 3 和え物は、味の均質化に配慮するため、材料が熱いうちに調味する。
- 4 水分蒸発量は、少量調理に比べて多い。

- 45 揚げ物とその適温の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

	《揚げ物》	《適温》
1	パセリのから揚げ	120℃～130℃
2	コロッケ	150℃～160℃
3	ポテトチップス	160℃～180℃
4	野菜のかき揚げ	180℃～190℃

46 湿式加熱の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 煮物、焼き物、揚げ物
- 2 蒸し物、焼き物、炒め物
- 3 ゆで物、汁物、蒸し物
- 4 炒め物、揚げ物、焼き物

47 魚の加熱による変化に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 魚肉重量は、増加する。
- 2 肉質は、かたくなり、ほぐれにくくなる。
- 3 魚肉の赤身の色は、灰褐色になる。
- 4 脂肪は、流出しない。

48 食品と主なうま味成分の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《食品》     | 《主なうま味成分》 |
|----------|-----------|
| 1 干ししいたけ | — グアニル酸   |
| 2 こんぶ    | — イノシン酸   |
| 3 かつお節   | — グルタミン酸  |
| 4 煮干し    | — アスコルビン酸 |

49 鍋の材質と熱伝導率（熱の伝わりやすさ）に関する記述で、に入る語句の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

『同形状の銅、ステンレス、鉄、アルミ製の鍋を用いて湯を沸かす時、もっとも早く沸騰するのは  A で、沸騰した湯がもっとも冷めにくいのは  B である。』

- | A     | B       |
|-------|---------|
| 1 銅   | — アルミ   |
| 2 銅   | — ステンレス |
| 3 鉄   | — ステンレス |
| 4 アルミ | — 鉄     |

50 次の米の調理のうち、米：水の加水量がもっとも多いものを一つ選びなさい。

- 1 白米飯
- 2 全がゆ
- 3 5分がゆ
- 4 3分がゆ

51 「まあじ」を三枚おろしにした時の廃棄率として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 15%
- 2 35%
- 3 55%
- 4 75%

52 包丁での切り方と食材の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《切り方》                      《食材》

- 1 垂直押し切り —— まぐろの冊（平作り）
- 2 押し出し切り —— 大根（うす切り）
- 3 引き切り —— 豆腐（あられ切り）
- 4 たたき切り —— 豚肉（厚切り）

53 食べ物のおいしさに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 五味のうち、砂糖溶液の閾値がもつとも高い。
- 2 おいしさのうち、感情や緊張によって左右される要因を生理的要因という。
- 3 ミラクルフルーツ（味覚変革物質）は、甘い食物を酸っぱい味に変える。
- 4 コーヒーに砂糖を入れて、苦味が弱まるのは対比効果である。

54 揚げ物の調理に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 天ぷら用の衣は小麦粉に卵とぬるま湯を加えてよく攪拌してから用いる。
- 2 ジャガイモを揚げる時、丸ごとの方が薄切りより、油の温度降下が大きい。
- 3 油の比熱は水よりも小さい。
- 4 素揚げとは、食材に乾いた衣をつけて、揚げる方法である。

55 小麦粉の種類と用途の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《種類》                      《用途》

- 1 強力粉 —— ケーキ、天ぷらの衣
- 2 中力粉 —— うどん、中華まんじゅう
- 3 薄力粉 —— スパゲッティ、マカロニ
- 4 デュラム粉 —— パン、ピッツァ

56 豆類の調理に関する記述について、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 大豆は、小豆より初期の吸水量が低い。
- 2 黒豆を色よく煮揚げるために、鉄くぎを入れるか鉄鍋で煮るとよい。
- 3 渋切りとは、小豆を加熱沸騰後、いったんざるにあげゆでこぼした後再び加熱することである。
- 4 びっくり水とは、大豆を沸騰後、液の半量の冷水を加えて急激に水の温度を下げることである。

# 食文化概論

57 魚醤<sup>なまじょう</sup>について、国名と名称の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《国名》                      《名称》

- 1 フィリピン ——— パティス
- 2 日本 ————— ナンプラー (ナンプラー)
- 3 タイ ————— ヌクナム (ニョクナム)
- 4 ベトナム ——— ショッツル

58 次の一般家庭における廃棄行為のうち、1人1日当たりの食品ロス量がもっとも多いものを一つ選びなさい。

- 1 食事として使用されたが、食べ残して廃棄
- 2 食べられる部分まで過剰に除去して廃棄
- 3 消費期限切れや賞味期限切れにより、そのまま廃棄
- 4 食品が中途半端に余ったため廃棄

59 日本料理の特徴に関する記述について、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 素材の持ち味を生かして薄味で調味する。
- 2 五感すべてで味わう料理である。
- 3 切る、煮るといった基本的な調理操作によって素材の持ち味を引き出す。
- 4 食器の美はそれ自体にあるのであって、料理を引き立てるという意識は低い。

60 お正月から始まる1年間の行事の順番として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 重陽の節句→端午の節句→上巳の節句→節分
- 2 上巳の節句→節分→重陽の節句→端午の節句
- 3 端午の節句→重陽の節句→節分→上巳の節句
- 4 節分→上巳の節句→端午の節句→重陽の節句



平成 28 年度調理師試験解答

公衆衛生学									
問 1	問 2	問 3	問 4	問 5	問 6	問 7	問 8	問 9	問 10
3	2	4	4	1	2	3	4	1	2

食品学					
問 11	問 12	問 13	問 14	問 15	問 16
2	3	4	2	1	1

栄養学								
問 17	問 18	問 19	問 20	問 21	問 22	問 23	問 24	問 25
4	3	4	1	2	3	2	※	1

食品衛生学									
問 26	問 27	問 28	問 29	問 30	問 31	問 32	問 33	問 34	問 35
1	4	3	2	2	3	1	3	4	2
問 36	問 37	問 38	問 39	問 40					
3	4	2	2	1					

調理理論									
問 41	問 42	問 43	問 44	問 45	問 46	問 47	問 48	問 49	問 50
1	4	3	1	4	3	3	1	2	4
問 51	問 52	問 53	問 54	問 55	問 56				
3	2	1	3	2	1				

食文化概論			
問 57	問 58	問 59	問 60
1	2	4	4

※「栄養学 問 24」は問題が不適切だったため、受験者全員を正答としました。