

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

令和2年度

調理師試験問題

◆ 受験の際の注意事項 ◆

- 1 試験問題は16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



良い例：● 悪い例：① ● ◯ ◯ ◯ ◯

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 人口静態統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 出生届、死亡届、婚姻届、離婚届および死産届をもとに作成されている。
- 2 代表的な統計には、5年ごとに行われる国勢調査がある。
- 3 ある一定期間の地域における人口の動きを把握することができる。
- 4 統計項目には、合計特殊出生率や死亡率（粗死亡率）がある。

2 生活環境における気温と湿度に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 冬期に人がもっとも快適と感じる気温は、25～30℃である。
- 2 人がもっとも快適と感じる湿度は、0～10%である。
- 3 不快指数とは、気温と湿度によって感じる蒸し暑さの指標である。
- 4 ほとんどの人が不快に感じる不快指数は、50以下である。

3 上水道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 大腸菌は、大量に検出されてはならない。
- 2 強酸性または強アルカリ性を呈してはならない。
- 3 シアンや水銀など有害物質が検出されてはならない。
- 4 異味・異臭がなく、無色透明である。

4 衛生害虫やネズミと駆除方法との組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《衛生害虫やネズミ》

《駆除方法》

- | | | |
|--------|-------|---|
| 1 ハエ | ————— | 害虫の通路に殺虫剤の塗布や散布、捕虫器による駆除 |
| 2 ゴキブリ | ————— | 下水などの水たまりを作らない、下水溝の清潔保持、殺虫剤による
駆除 |
| 3 蚊 | ————— | 便所・残飯置き場・下水溝の清潔保持、幼虫・成虫の殺虫剤による
駆除 |
| 4 ネズミ | ————— | 侵入口の閉鎖、巣を作らせない、食べ物から遮断する、捕獲器・殺
そ剤による駆除 |

5 ダイオキシン類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 プラスチックを燃やすと発生する。
- 2 ごみの焼却で発生することがある。
- 3 大気（空気）中には存在しない。
- 4 人は、飲食物から体内に取り込んでいる。

6 現在「食育基本法」を所管する府省として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 内閣府
- 2 農林水産省
- 3 厚生労働省
- 4 文部科学省

7 疾病の予防活動で一次予防に位置づけられる方策として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 健康増進・疾病リスクの低減
- 2 早期発見・早期治療
- 3 重症化予防
- 4 機能回復・社会復帰

8 母子健康手帳に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 都道府県から交付される。
- 2 妊娠を確認した医師からの届出に基づいて交付される。
- 3 記録内容に母親の健康記録は含まれない。
- 4 保健指導時に重要な資料として利用される。

9 児童・生徒が感染症にかかっている、かかっている疑いがある、またはかかる恐れがあるときに出席の停止を決定する者として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 校長
- 2 市区町村長
- 3 都道府県知事
- 4 文部科学大臣

10 調理師免許証の書換交付の申請先として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 住所地の都道府県知事
- 2 勤務先所在地の都道府県知事
- 3 免許を与えた都道府県知事
- 4 全国任意の都道府県知事

食 品 学

11 「日本食品標準成分表 2015 年版（七訂）」に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 廃棄部を含めた原材料 100g 中に含まれる標準的な成分値を収載している。
- 2 エネルギー量の算出は、アトウォーター係数が統一的に用いられている。
- 3 食物繊維量については、水溶性食物繊維、不溶性食物繊維及びその合計の総量で示されている。
- 4 収載食品の食品群は、6 群に分類されている。

12 米の成分に関する記述で、に入る語句として、正しいものを一つ選びなさい。

『うるち米は粘性が少なく、もち米は粘性が強いが、これはもち米のでんぷんのほとんどが で構成されていることによる。』

- 1 グルコマンナン
- 2 ペクチン
- 3 アミロース
- 4 アミロペクチン

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 うぐいすあん	——	ささげ
2 甘納豆	————	いんげん豆
3 はるさめ	————	大豆
4 豆苗	————	そら豆

14 4℃以下の低温保存で、低温障害を起こしやすい野菜として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 きゅうり
- 2 にんじん
- 3 大根
- 4 キャベツ

15 食肉に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 豚脂（ラード）は、牛脂（ヘッド）より融点が高い。
- 2 食肉に含まれるコラーゲンの量は、肉のかたさに関係する。
- 3 ベーコンは、牛肉を塩漬、燻煙くんえんしたものである。
- 4 生後1年未満の子羊肉をマトンと呼ぶ。

16 栄養機能食品として栄養機能表示が認められている成分として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 亜鉛
- 2 マグネシウム
- 3 ドコサヘキサエン酸（DHA）
- 4 葉酸

栄養学

17 摂食の調節に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 摂食行動は、胃に存在する中枢で調節されている。
- 2 胃の膨満感は、食欲を亢進させる。
- 3 強いストレスは、食欲を低下させる。
- 4 血糖値の上昇は、食欲を亢進させる。

18 消化液とその消化酵素の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《消化液》 《消化酵素》

- 1 唾液 —— アミラーゼ
- 2 胃液 —— トリプシン
- 3 膵液 —— ペプシン
- 4 胆汁 —— リパーゼ

19 エネルギー代謝に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 体重 1kg 当たりの基礎代謝量は、個人の一生を通じて変わらない。
- 2 基礎代謝量は、同じ体重であれば男性と女性で変わらない。
- 3 エネルギー消費量は、外気温が高いと多くなる。
- 4 エネルギー消費量は、体温が上昇すると多くなる。

20 糖尿病に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 1型糖尿病は、インスリンに対する感受性の低下によって起こる。
- 2 2型糖尿病は、肥満が発症のリスクとなる。
- 3 三大合併症の一つに、骨粗しょう症がある。
- 4 食事療法では、食物繊維の多い野菜類の摂取は制限する。

21 高齢期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 咀嚼力が低下する。
- 2 塩味に対する味覚がにぶくなる。
- 3 誤嚥性肺炎を起こしやすくなる。
- 4 口渇感を感じやすくなる。

22 水溶性ビタミンに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ビタミンB1、B2、B6、B12の4種類である。
- 2 脂溶性ビタミンと比べて、過剰症を起こしにくい。
- 3 リポたんぱく質に取り込まれて、血中を運搬される。
- 4 欠乏すると、夜盲症を起こすものがある。

23 無機質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 カルシウムは、体内に最も多く含まれる無機質である。
- 2 リンは、骨の構成成分である。
- 3 ナトリウムは、細胞外液より細胞内液に多く含まれる。
- 4 カリウムは、血圧を下げる働きがある。

24 ヒトの必須アミノ酸（不可欠アミノ酸）として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 リシン（リジン）
- 2 グリシン
- 3 アラニン
- 4 セリン

25 「日本人の食事摂取基準」に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 「食育基本法」に基づいて策定される。
- 2 10年ごとに改定される。
- 3 「推定平均必要量」は、栄養素の摂取不足を回避することを目的としている。
- 4 「目安量」は、過剰摂取による健康障害の回避を目的としている。

食品衛生学

26 細菌性食中毒菌とそ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。

《菌名》	《分類》
1 サルモネラ属菌	—— 毒素型
2 カンピロバクター	—— 毒素型
3 ウエルシュ菌	—— 感染型
4 黄色ブドウ球菌	—— 毒素型

27 カンピロバクターとそれによる食中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 潜伏期間は、サルモネラ属菌よりも短い。
- 2 大気中で増殖する。
- 3 芽胞を形成する。
- 4 人畜共通感染症の原因菌である。

28 食品から感染する寄生虫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 肝吸虫は、不完全調理の豚肉摂取により感染する。
- 2 サルコシスティスは、馬肉の生食により感染する。
- 3 クドアは、サケの生食により感染する。
- 4 横川吸虫は、ホタルイカの生食により感染する。

29 給水の衛生管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 水道水は、水の色、濁り、におい、異物を始業時に毎日検査し、記録する。
- 2 井戸水は、公的検査機関等に依頼して、年2回以上水質検査を行い、その結果を1年間保管する。
- 3 受水槽を使用している場合は、遊離残留塩素が0.1 mg/l以上あることを確認し、記録する。
- 4 受水槽は、専門の業者に委託して、年1回以上清掃し、その証明書を1年間保管する。

30 「大量調理施設衛生管理マニュアル」に基づいた施設・設備として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 手洗い設備は、調理場の1カ所にまとめる。
- 2 調理場の窓は、換気のために開けておく。
- 3 器具や容器などは、調理場の1カ所にまとめる。
- 4 汚染作業区域、非汚染作業区域を明確に区別する。

31 「大量調理施設衛生管理マニュアル」に基づいた調理従事者の行動として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 帽子、外衣は、1週間に1回交換した。
- 2 発熱の症状があったが、調理作業に従事した。
- 3 調理作業時の履物のまま、便所へ入った。
- 4 下処理場から、調理場への移動は避けた。

32 耐熱温度が最も高い容器包装に用いられるプラスチックとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ポリエチレン
- 2 塩化ビニル
- 3 ポリスチレン
- 4 ポリエチレンテレフタレート

33 ウエルシュ菌食中毒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 原因菌は、芽胞を作る菌である。
- 2 潜伏期は、1時間から3時間である。
- 3 主な症状は、下痢と腹痛である。
- 4 原因食品は、加熱調理した後そのまま室温に放置された食品が多い。

34 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 オゾン水は、強力な酸化力を持ち、殺菌作用や漂白作用を示す。
- 2 逆性せっけん（陽イオン界面活性剤）は、陽イオンの働きで洗浄力と殺菌力がともに強い。
- 3 次亜塩素酸ナトリウムは、たんぱく質などの汚れが付着していても殺菌力は低下しない。
- 4 アルコールは、濃度が100%に近いものほど強い殺菌力を持つといわれる。

35 食品や器具の殺菌消毒に関する記載について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 煮沸消毒は、沸騰したお湯に食器などを3分間つけて加熱する方法である。
- 2 紫外線殺菌は、物質透過性があることから包装した食品に用いられる。
- 3 低温殺菌は、63～65℃で30分以上加熱する殺菌法だが、耐熱性菌や芽胞は死滅しない。
- 4 放射線殺菌は、我が国では香辛料の殺菌に使用されている。

36 食品営業施設・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 貯水槽を利用する施設の水は安全なので、貯水槽の清掃や点検を行う必要はない。
- 2 作業中は、換気や風通しを良くするために、戸や窓を開放する。
- 3 手洗い設備は、調理作業に支障が無いよう作業場の奥に設置する。
- 4 衛生害虫駆除は、繁殖場所を排除し、各害虫の生態、習性に応じて行う。

37 植物性食中毒の原因食品とその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。

《原因食品》	《有毒成分》
1 モロヘイヤ	ソラニン
2 じゃがいもの発芽部分	アミグダリン
3 ぎんなん（イチョウ科）	メチルピリドキシン
4 青梅	ストロフェチジン

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 冷凍するものは、-10℃以下で保存する。
- 2 食肉類は、5℃以下で保存する。
- 3 野菜、果実類は、10℃前後で保存する。
- 4 検食用の食材は、-10℃で保存する。

39 細菌の増殖条件として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 食品を冷凍することで、死滅せず静菌状態となる。
- 2 増殖に必要な3つの要素は、栄養素、水分、温度である。
- 3 食品中の水分活性（Aw）が0.60以下になると増殖できないものが多い。
- 4 増殖に適する水素イオン濃度（pH）は、酸性である。

40 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 食品衛生法で定める食品とは、医薬品・医薬部外品を含むすべての飲食物と規定している。
- 2 飲食店や食品製造業の営業許可業種を営む場合、厚生労働大臣の許可を受けなければならない。
- 3 飲食店営業を営む場合、施設ごとに食品衛生管理者を置き、衛生管理を行わせる。
- 4 営業者が食品衛生法に違反した場合や食中毒を起こした場合、営業の禁止、停止等を命じられることがある。

調理理論

41 調理施設の環境に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 室温は25℃以下で、湿度は90%以下が望ましい。
- 2 冷蔵庫内の温度は、20℃以下に保つ。
- 3 床は、ウエットシステムがよい。
- 4 生鮮食料品の仕入れ量は、一度に使い切れる量を調理日に仕入れる。

42 ゼリー状食品と凝固剤の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 AとB 2 BとC 3 CとD 4 AとD
- A 卵豆腐 ————— 寒天
B ごま豆腐 ————— くずでんぷん
C コーヒーゼリー — ゼラチン
D ブラマンジェ — ペクチン

43 香辛料に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 香辛料の辛味は、食欲を増進させる。
- 2 ターメリックは、主に料理の香り付けに使われる。
- 3 コショウは、主に料理の色付けに使われる。
- 4 クミンは、主に料理の辛味付けに使われる。

44 うま味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 こんぶのうま味成分は、イノシン酸である。
- 2 かつお節のうま味成分は、グルタミン酸である。
- 3 しいたけのうま味成分は、グアニル酸である。
- 4 煮干しのうま味成分は、コハク酸である。

45 鶏卵の特性と調理例の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《特性》 | 《調理例》 |
|----------|----------------|
| 1 卵黄の乳化性 | — ハンバーグステーキ |
| 2 卵白の乳化性 | — メレンゲ |
| 3 卵黄の起泡性 | — マヨネーズ |
| 4 卵白の起泡性 | — エンゼルケーキ |

46 膨張剤に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 炭酸水素ナトリウムの水溶液は、加熱すると酸素ガスを発生する。
- 2 炭酸水素アンモニウムの水溶液は、水蒸気を発生する。
- 3 塩化アンモニウムの水溶液は、窒素ガスを発生する。
- 4 ベーキングパウダーには、酸性剤と調整剤が含まれている。

47 味覚の対比効果として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 合わせ酢
- 2 削り節とだし昆布を使っただし汁
- 3 少量の食塩を加えた汁粉
- 4 砂糖を入れたコーヒー

48 たんぱく質の性質に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 たんぱく質に酸を加えると、凝固しにくくなる。
- 2 しめさばは、たんぱく質を酵素により変性させたものである。
- 3 大豆は、5%前後の砂糖溶液に浸漬して吸水させると、やわらかくなりやすい。
- 4 ポーチドエッグは、食塩と食酢を加えると、凝固しやすい。

49 魚の調理に関する記述で、に入る語句として、正しいものを一つ選びなさい。

『煮ごりは、煮汁に溶出したが固まったものである。』

- 1 ゼラチン
- 2 ペクチン
- 3 ミネラル
- 4 脂肪

50 豆類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 水に浸漬した大豆は、もとの重量の約2倍になる。
- 2 小豆は、吸水が速く2時間位の浸漬で飽和状態になる。
- 3 黒豆を煮るときは、水煮したのち砂糖を一度に加えるとしわになりにくい。
- 4 大豆は、加熱時に酢を用いて酸性にするとやわらかくなる。

51 いも類の調理性に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 さといもの皮をむくとき手にかゆみを感じたときは、ぬるま湯で洗うとよい。
- 2 さつまいもの加熱調理は、蒸すより電子レンジの方が甘味が強い。
- 3 じゃがいもの煮物や煮込み料理には、粘質のメクチンが適している。
- 4 やまのいものねばりは、ペクチン質によるものである。

52 きのこと類の調理性に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 干しいたけは、熱湯で戻すのが最もうま味が強くなる。
- 2 生のマッシュルームは、砂糖をまぶすと褐変が抑えられる。
- 3 乾燥きくらげを水で戻すと、重量は約3倍になる。
- 4 茶わん蒸しの具材に生のまいたけを加えると、卵液は凝固しない。

53 みその調理性に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 みそ汁は、沸騰を続けた方が香りがよくなる。
- 2 魚のみそ漬けは、魚臭を抑える効果がある。
- 3 みそ汁は、具材（実）の味の影響が出やすい。
- 4 酢みそのあえ物は、下処理した具材に直ちに酢みそを合え、時間をかけて味をしみこませるのがよい。

54 食品のうち水中油滴型エマルションとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 バター
- 2 マヨネーズ
- 3 ショートニング
- 4 マーガリン

55 冷凍食品の扱いに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 解凍した冷凍食品は、再冷凍しても品質が変わらない。
- 2 真空パックされている魚の切り身は、袋から取り出して直接水をかける。
- 3 緩慢冷凍した牛肉ブロックは、急速冷凍したものに比べ解凍後のドリップ量が少ない。
- 4 冷凍ほうれんそうは、生鮮物に比べ加熱調理時間が短縮できる。

56 食品素材の加熱調理時の色の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 小松菜は、ゆでる時に酢を加えると緑色が鮮やかになる。
- 2 小麦粉饅頭^{まんじゅう}は、生地の中に重曹を加えてから蒸すと皮の色が赤くなる。
- 3 えびをゆでると赤くなるのは、殻の色素と結合していたたんぱく質が変性し、本来の色素が現れるためである。
- 4 塩と亜硝酸塩につけ込んだ肉は、加熱すると灰褐色になる。

食文化概論

57 日本の料理様式に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 精進料理は、天ぷらや南蛮漬けなど日本の食べものとして変容し、定着したものが多かった。
- 2 懐石料理は、量の多さと豪華さが特色である。
- 3 本膳料理は、日本の食事様式の基本となったものである。
- 4 卓袱^{しっぽく}料理は、中国風の精進料理である。

58 スローフード運動の発祥地となった国として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 フランス
- 2 イタリア
- 3 アメリカ
- 4 日本

59 正月7日に食する七草がゆに入れる「春の七草」として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 せり・なずな・ごぎょう・よもぎ・つくし・すずな・すずしろ
- 2 せり・なずな・しゅんぎく・はこべら・ほとけのぎ・すずな・すずしろ
- 3 かぶ・こまつな・ごぎょう・はこべら・ほとけのぎ・すずな・すずしろ
- 4 せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのぎ・すずな・すずしろ

60 近代フランス料理の基礎を築き、1934年に家庭向けの料理書「私の料理 (Ma Cuisine)」を出版したフランスの偉大な料理人を次の中から選びなさい。

- 1 ブリヤ・サバラン
- 2 アントナン・カレーム
- 3 ジョルジュ・オーギュスト・エスコフィエ
- 4 ジョエル・ロブション