

文部科学省後援

第45回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（平成29年度）

1 級 筆 記 問 題

1. 次の文中の___線の箇所の中から誤りを一つ選んで、その記号と正しい語句を解答欄に記入しなさい。
 たんぱく質は消化酵素のペプトンによって胃で消化されはじめ、小腸上部ですい臓の消化酵素であるトリプシンの作用を受ける
 a b c

2. 次の文中の空欄に最も適する語句をアからオまでの中から一つ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 でんぷんは、まず口腔内で唾液中の酵素である（ ）により分解される。しかし、そしゃく時間が一般に短いので、口腔内ではデキストリンや麦芽糖にまで分解されるのは一部にすぎない。
 ア アミノ酸 イ ぶどう糖 ウ すい液 エ ラクターゼ オ アミラーゼ

3. 次の(1)・(2)の文は母性栄養について述べたものである。文中の___線の部分が正しいものには○印を、誤っているものは正しい語句を解答欄に記入しなさい。
 (1) 妊娠すると基礎代謝が高まるため、推定エネルギー必要量は増加する
 (2) 鉄欠乏性貧血の場合、妊娠高血圧症候群にかかったり流産したりすることが比較的多いので、妊娠前から、鉄、たんぱく質、ビタミンB₁を十分に摂っておかなくてはならない

4. 次の文は高齢者の食事について述べたものである。文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) は結合組織であるコラーゲンの生成にも必要であるから、新鮮な野菜やくだものなどで十分に補給するとよい。(2) は老化の予防に必要なが、ふだんの食事のバランスがよく、充実したものであれば不足することはない。
 ア ビタミンC イ ビタミンE ウ 糖質 エ 食物繊維

5. 食中毒予防三原則について、細菌を「増やさない、殺す」のほか何があげられるか。

6. 次の(1)・(2)の症状を示す食中毒の原因は何か。アからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) 魚介類のさしみを食べて8時間から24時間で中毒症状があらわれた。主な症状として下痢、嘔吐、腹痛、発熱がみられた
 (2) まれに「溶血性尿毒症症候群（HUS）」を発症し重症化することがある
 ア 腸管出血性大腸菌O-157 イ サルモネラ属菌 ウ ボツリヌス菌 エ 腸炎ビブリオ

7. 食品添加物の亜硝酸ナトリウムについて、最も関係の深いものを(1)・(2)からそれぞれ一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) ア 保存料 イ 甘味料 ウ 殺菌料 エ 発色剤
 (2) a みそ・チーズ・ジャム b あんず・桃・ぶどう酒 c ガム d ハム・たらこ

8. ホワイトソースの作り方について、次の(1)・(2)の文中のアからウまでの中から最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) 使用する小麦粉は（ア 薄力粉 イ 中力粉 ウ 強力粉）がよい
 (2) ホワイトルーはバター₁に対して、小麦粉は（ア 1～2 イ 3～4 ウ 5～6）の量で作る

9. 次の(1)・(2)の文中の___線の部分について、正しいものには○印を、誤っているものは正しい語句を解答欄に記入しなさい。
 (1) 日本料理の食卓作法では、ふたがある場合は、飯わんのふたは左側に、汁わんのふたは右側に上向きにして置く
 (2) 西洋料理の食卓作法では、席に着く時は、いすの右側から座る

10. 次の(1)・(2)の説明について最も関係のある食品を解答欄に記入しなさい。
 (1) かたくちいわしの塩蔵・熟成・油漬け
 (2) ふうちょうそう科の低木のつぼみの酢漬け

11. 次の(1)・(2)に最も適するものをアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) 白片肉 (2) 炒肉絲
 ア せん切り豚肉の炒めもの イ くらげの酢の物 ウ 豚肉のやわらか煮 エ ゆで豚の薄切り
 オ 鶏肉の寄せ物

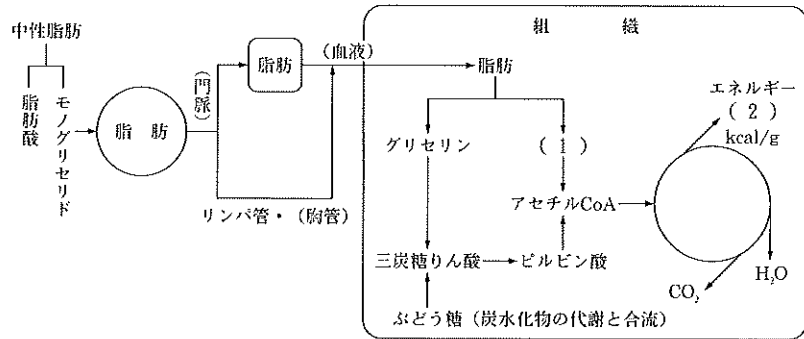
問 題	1		2	3		4		5	6		7		8		9		10		11		
	記号	語句		(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	
1																					
級 (第 45 回)	解 答																				
	得 点																				
	学 校 名	高 校				学 年		組		番 号		氏 名				合 計					

1 級 筆 記 問 題

1. 食物の消化吸収について、文中の___線の部分が正しいものには○印を、誤っているものは正しい語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) 食物中に含まれる炭水化物・脂質・たんぱく質は小腸でほとんど吸収される
- (2) 余分な栄養素や老廃物は血液によって肝臓に運ばれ、ろ過される

2. 脂肪の代謝について、次の図の(1)・(2)に最も適する語句または数値をアからオまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



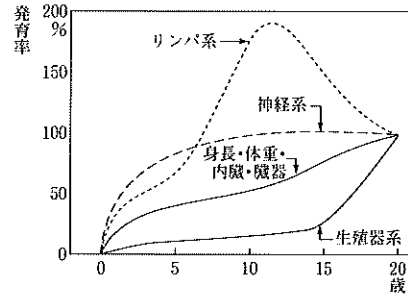
- ア TCAサイクル (クエン酸回路)
- イ 9
- ウ ぶどう糖
- エ 脂肪酸
- オ 4

3. 離乳食について、次の(1)から(4)の文の中から正しいものを一つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 通常1~2か月頃から始め、最初は炭水化物を多めに与える
- (2) 味つけは食べやすいよう濃いめにする
- (3) 一品ずつ、一さじずつ与えれば、便の性状や食欲に配慮する必要はない
- (4) たんぱく質や鉄、ビタミンが不足しないよう注意する

4. 次の図はスキヤモンの発育曲線である。学童期の身体各部の発育の特徴とこの時期の栄養について、次の文中の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

成長が著しく、運動活動も盛んなため(1)必要量は増加する。筋肉やいろいろな臓器の発達のために、(2)を多く含む動物性たんぱく質を摂るように心がける。



注) 20歳の発育を100とした割合。

5. 食生活と病気との関係について、次の(1)・(2)の問いに最も適するものをアからエまでのの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 高血圧の原因は、塩分の摂りすぎと言われている。健康な成人男性の塩分の摂取量は1日何g未満に抑えるのが望ましいか。
ア 5g イ 8g ウ 15g エ 20g
- (2) 生活習慣病について、正しいものはどれか。
ア 生活習慣病は、成人の病気なので、子どもは心配ない
イ 脂肪を摂らなければ生活習慣病にはかからない
ウ 生活習慣病は若い頃からの食生活の積み重ねで起こるので、治療に時間がかかる
エ インスタントラーメンなどの加工食品は摂らない方がよいが、スナック菓子はあまり気にしなくてよい

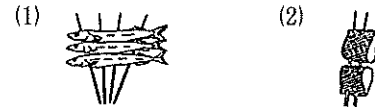
6. 次の(1)・(2)の文中の___線の部分が正しいものには○印を、誤っているものは正しい語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) トマト、パイナップル、オレンジなどのように液汁が酸性の缶詰食品やジュースは、開缶後、缶の素材である銅の溶出が早いので、ガラスや陶器などの容器に移しかえる
- (2) ジャガイモ、玉ねぎは発芽防止のため放射線を照射している場合がある

7. 保菌動物のふんに最も関係の深いものをアからエまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- ア 黄色ぶどう球菌 イ サルモネラ属菌 ウ 広節裂頭条虫 エ 肺臓ジストマ

8. 次の図は焼き物の串の打ち方を示したものである。(1)・(2)の名称をアからオまでのの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



- ア 平串 イ のし串 ウ 扇串 エ ぬい串
- オ うねり串

9. 黄身酢について、次の(1)・(2)の問いに最も適するものをアからエまでのの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 黄身酢を上手に仕上げる手順はどれか。使用する材料は、卵黄・だし汁・酢・塩・砂糖とする。
ア 材料全部をまぜ合わせて、湯せんにしてとろみがつくまで加熱する
イ だし汁・酢・塩を弱火でかきまぜながら火をとおしておろし、その後卵黄と砂糖をまぜ合わせる
ウ だし汁・塩・砂糖をかきまぜながら火をとおし、まぜておいた卵黄と酢を加えて十分に加熱する
エ だし汁・酢・塩・砂糖をまぜ合わせて加熱し、その後卵黄を加えて、まぜ合わせる
- (2) 黄身酢をつくる場合の適温はどれか。
ア 30~40℃ イ 50~60℃ ウ 70~80℃ エ 100℃

10. スープについて、次の(1)・(2)に最も関係のあるものをアからオまでのの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) ジュリエヌ (2) クネール
ア 野菜のさいの目切り イ 野菜の細いせん切り ウ 卵を蒸してさいの目に切ったもの
エ 角切りパンの揚げ物 オ 魚や肉をすりつぶし小さく丸めてゆでる

11. 次の文中の(ア)・(イ)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

テーブルコーディネートとは、食べる人の五感 ((ア), 視覚, 嗅覚, 触覚, 聴覚) が満足するように、食事空間全体を演出することである。食事空間全体の雰囲気をイメージして組み立てることがテーブルコーディネートであり、これらを実際に行うことが(イ)である。

問題	1		2		3	4		5		6		7	8		9		10		11		
	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(ア)	(イ)	
1																					
級 (第46回)	解答																				
得点																					
学校名	高校				学年		組		番号		氏名		合計								

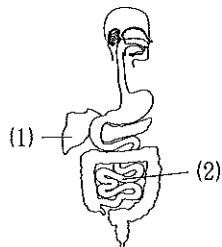
第47回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（平成30年度）

1 級 筆 記 問 題

1. 次の文の a から e の中で誤りを一つ選び、その記号と正しい語句を解答欄に記入しなさい。

すい液の中のリパーゼは脂肪分解酵素であり、胆汁によって乳化された脂肪を脂肪酸とアミノ酸に分解する
 a b c d e

2. 次の図の(1)・(2)の名称をアからオまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



- ア 十二指腸
- イ 肝臓
- ウ 喉頭
- エ すい臓
- オ 小腸

3. 脂肪の代謝の条件について、文中の(1)に最も適するものをアからエまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

脂肪が順調に酸化分解されるためにはぶどう糖の完全燃焼が重要で、条件が満たされないと不完全燃焼がおこり (1) が生成されて酸血症となる。

- ア アセトン体
- イ 脚気
- ウ 乳酸
- エ アンモニア

4. スポーツと栄養について、次の(1)・(2)の文が正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) 高温多湿の環境での作業やスポーツなどで発汗の多いときは、食塩と水を適切に摂取する
- (2) スポーツ性貧血を防ぐためには、鉄と共に脂質を摂取すべきである

5. 次の(1)・(2)について、それぞれ最も関係の深い毒素の名称を解答欄に記入しなさい。

- (1) ふぐの内臓などをよく除かずに食べたことで中毒をおこす
- (2) ジャガイモの芽に特に多く含まれている

6. 蒸し物をするとき(1)・(2)の方法で調理するものをアからエまでのの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 100℃を保ち途中でふり水をする
- (2) 85～90℃を保ち加熱する

- ア 茶碗蒸し
- イ 赤飯
- ウ 肉まん
- エ 蒸しいも

7. 次の(1)・(2)の料理用語について最も適するものをアからオまでのの中からそれぞれ一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) プロシユット
- (2) アントルメ

- ア バターと小麦粉をよく混ぜ合わせたもの
- イ 甘み・食後のお菓子
- ウ 小さい焼き串
- エ 紙飾り
- オ 詰め物をしたもの

8. 次の高齢者向けの1日の献立例を見て、(1)から(3)の問いについて、アからオまでのの中から最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。(食品群別摂取量のめやすに基づいて考える。)

(1) に適するものはどれか。

- ア オレンジジュース
- イ 紅茶
- ウ 豆乳
- エ コーヒー
- オ 牛乳

(2) 一日の中で摂取量を少なくしたほうがよい食品群はどれか。

- ア 魚介・肉
- イ いも類
- ウ くだもの
- エ 穀物
- オ 油脂

(3) 次の食品のうち、カロテン含有量(100g当たり)の最も多いものはどれか。

- ア トマト
- イ きゅうり
- ウ ほうれんそう
- エ さやいんげん
- オ だいこん

朝 食			昼 食			夕 食		
献立	材 料	分量(g)	献立	材 料	分量(g)	献立	材 料	分量(g)
トースト	食パン	60	飯	米	60	飯	米	60
	バター	5	すまし汁	豆	40	まぐろの	まぐろ	40
ポテトサラダ	鶏卵	25		えのき茸	10	山かけ	ままいも	30
	じゃがいも	50		みつば	3		ほしのり	0.3
	きゅうり	15	煮物	鶏肉	50	茶わん蒸し	鶏卵	25
	にんじん	15		さといも	100		鶏肉	20
	トマト	20		生揚げ	30		しいたけ	10
	レタス	5		砂糖	8		なると巻	5
	マヨネーズ	10	おろしあえ	だいこん	50		ぎんなん	2
くだもの	みかん	60		なめこ	10		みつば	5
<input type="text" value="A"/>			くだもの	ヨーグルト	80	煮物	凍り豆腐	40
			ヨーグルトがけ	キウイフルーツ	30		にんじん	30
				バナナ	30		さやいんげん	10
				いちご	10		砂糖	3
						ほうれんそう	ほうれんそう	50
						のお浸し		
						くだもの	りんご	70

9. 次の(1)・(2)は中国料理の特殊材料である。アからオまでのの中から最も関係の深いもの一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 鮑魚
- (2) 海蜇皮

- ア 食用くらげを塩づけにしたもの
- イ 海つばめの巣で、海藻類を鳥の分泌液で固めたもの
- ウ サメのひれを乾燥したもの
- エ きくらげを乾燥したもの
- オ あわびを乾燥したもの

10. 次の(1)・(2)は洋風のテーブルコーディネートに使われるものである。最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) 生花やくだもの盛り合わせ、キャンドルなどテーブルの中央に置く飾り
- (2) プレスマットともいい、テーブル上の一人分のスペースに敷くもので、布、コルク、木製などがある

問 題	1		2		3	4		5		6		7			8			9		10	
	記号	語句	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(3)	(1)	(2)	(1)	(2)	
1																					
級 解 答																					
得 点																					
学校名			高校		学年			組			番号	氏名					合計				

1 級 筆 記 問 題

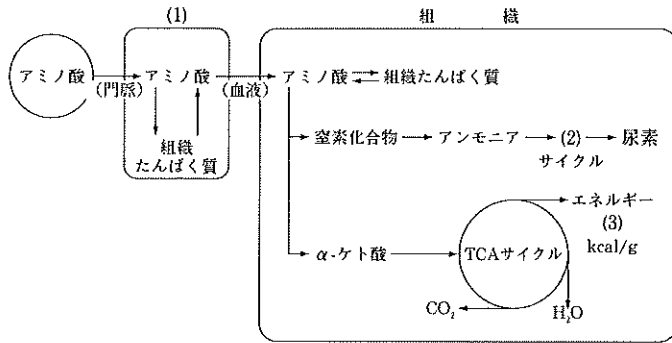
1. 次の文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

一般に空腹になると食欲がおこり、満腹になると摂食をやめる。この食欲の生理的メカニズムは脳の(1)にある中枢によってコントロールされている。食欲は、胃の収縮や血糖値の低下、ホルモン等が刺激となって摂食中枢に伝えられて(2)を生じる。

- ア 精神生活の状態 イ 視床下部 ウ 心理的要因
エ アルコール、香辛料の直接的刺激 オ 空腹感

2. 次の図の(1)から(3)に最も適する語句または数値をアからカまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

たんぱく質の代謝経路



- ア 腎臓 イ 肝臓
ウ 9 エ アミノ酸
オ 4 カ 尿素 (オルニチン)

3. 乳児期の栄養について、次の(1)から(3)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

(1)には、乳児の発育に必要な成分が適切な割合と濃度で含まれている。消化・吸収能力が十分発達していない乳児に適したアルブミンが多く、栄養的に優れ、病気を防ぐ(2)性も高い。生後5、6か月ころになると、乳汁だけでは栄養が不足するので(3)を与え始める。

4. 高齢者の食事について、次の(1)から(5)の文の中から適切なものを二つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) カルシウムの吸収が悪くなるので、吸収されやすい牛乳や乳製品を摂るようにする
(2) 身体機能が衰えるので、たんぱく質は消費された分を補えばよく、質はあまり考えなくてよい
(3) 油脂の摂り方は、コレステロールの沈着を防ぐために、植物油がよい
(4) 味覚がにぶくなるので食塩は多めに使って調味し食欲の増進をはかるようにする
(5) 一般に活動が不活発になるので、ビタミンB₁は成人より少なくなくてよい

5. 次の(1)・(2)の中毒に最も関係の深いものをアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 米ぬか油事件 (2) イタイイタイ病

- ア カドミウム イ BHC ウ PCB エ 有機水銀 オ ヒ素

6. 次の文はカラメルソースの作り方を述べたものである。文中の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

- ① 小鍋に(1)と水を入れて中火でかきまぜないで加熱する
② 約170~190℃になりこげ色がついた液をカラメルという
③ ②に(2)を加えて少し煮つめる

7. 次の表は正月料理（おせち料理）のつめ方の例である。(1)・(2)に最も適するものをアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

一の重		二の重		三の重		与の重	
祝肴	口取り	焼き物		煮物		酢の物	
黒豆 (1)	だて巻き 錦卵 かまぼこ	えびのつや焼き さわらの西京焼き いかの松笠焼き	亀甲しいたけ 末広にんじん (2)	紅白なます こはだ粟漬 菊花かぶ			

- ア 栗きんとん イ 鶏肉の松風焼き ウ 田作り エ さけのきめた巻き オ こぶ巻き

8. 次の(1)・(2)の下線部について正しいものには○印を、誤っているものは正しい語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) 食卓には正式な場合にはフランネルのような厚地の布を敷き、その上に白いテーブルクロスをかける
(2) 食卓につくとき、いすの右側から入り、テーブルから10~15cm身体を離して腰かける

9. 農林水産省が提唱する「FOOD ACTION NIPPON」の5つのアクションについて、次の文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- ① ごはんを中心に、(1)をたっぷり使ったバランスのよい食事を心がけましょう。
② (2)を減らしましょう。

- ア 自給率 イ 肉類 ウ 野菜 エ 食べ残し オ 地元

問題	1		2			3			4	5		6		7		8		9	
	(1)	(2)	(1)	(2)	(3)	(1)	(2)	(3)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
1級 (第48回)																			
解答																			
得点																			
学校名	高校			学年			組			番号			氏名			合計			

1 級 筆 記 問 題

1. 次の文中の(1)・(2)に最も適する語句または数値を解答欄に記入しなさい。

食物中のたんぱく質は、消化作用によって(1)に分解されて小腸から吸収される。その後、全身の各組織に送られて組織たんぱく質に合成され、一部は肝臓に貯蔵される。そして必要に応じて分解され、窒素は肝臓で尿素に変えられ尿中に排出される。窒素以外の成分はTCAサイクル(クエン酸回路)に入って酸化され、二酸化炭素と水に分解され、1g当たり(2)kcalのエネルギーを発生する。

2. 次の(1)・(2)は成人期の食生活において注意したい項目である。最も関係の深い文をアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

(1) アルコール飲料 (2) 食塩

- ア 肉類・鶏卵や魚卵の多食は動脈硬化を促進させる
- イ 高血圧をまねくので、1日男性8.0g未満、女性7.0g未満が望ましい
- ウ バランスのよい食事をこころがけるとともに、少なくとも1週間に一度は摂取をひかえ、肝臓を休めないと肝臓障害を起こしやすい
- エ 生活習慣病の危険因子といわれ、肺がんとも関連している

3. BMIの求め方を示した次の式のX、Yに最も適するものをアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

$$BMI = (X) \div (Y)^2$$

- ア 体重g イ 体重kg ウ 身長cm エ 身長m

4. 次の(1)・(2)は病人食で配慮すべきことについてあげたものである。正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) 食べる量は病気が早く回復するようになるべく多くする
- (2) 栄養素量は病気によって健康な人より増加することもある

5. 食中毒について、正しい組み合わせを(1)から(4)までの中から二つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

(1) ア、カ、コ (2) ウ、オ、ケ (3) イ、オ、ク (4) エ、キ、ケ

- ア 細菌性感染型 イ 細菌性毒素型 ウ 自然毒
- エ テトロドトキシン オ ボツリヌス菌 カ サルモネラ属菌 キ 腸炎ビブリオ
- ク 嫌気性で、ハム、ソーセージ、加熱処理の不完全なびん詰などが原因となる。発症すると致死率が高い
- ケ ふぐの内臓などに含まれているので必ず資格を有する調理師が調理したものを食べる
- コ 食品からの菌の検出率は高いが、加熱調理することによって菌を死滅させることができる

6. 次の文の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

食品添加物は法によって定義され、食品の製造過程において、または食品の加工もしくは(1)の目的で食品に添加されるものである。毒性試験や発ガン性試験などにより、(2)大臣が安全と認めたものだけが使用できる。

7. ババロアを作る場合、仕上がり量に対する砂糖濃度はどのくらいか。最も適するものをアからエより一つ選び、その記号を解答欄に記入しなさい。

- ア 5～6% イ 12～18% ウ 35～40% エ 50～55%

8. 懐石料理に使われる「強肴」のよみがなを解答欄に記入しなさい。

9. 次の(1)・(2)は日本料理の代表的な形式である。それぞれに最も適する説明を下記のアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

(1) 懐石料理 (2) 会席料理

- ア 茶席で抹茶をいただく前に供される食事
- イ 室町時代に貴族や武士によって形式がととのえられ、現代では婚礼などの儀礼食に用いられることもある
- ウ 食器は塗りが多く用いられたが、江戸時代から陶磁器も使われた
- エ 酒宴向きの形式であり、現在のはもてなし料理として広く用いられている

10. 西洋料理の食卓作法について、次の(1)から(6)の文の中から誤っているものを二つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 料理はできるだけおいしいうちに食べるのが礼儀なので、あたたかいものは早く食べた方がよい
- (2) 西洋料理のパンはスープが終わってから、ひと口で食べられるくらいにちぎり、バターをつけて食べる
- (3) 飲み物は音はたてて飲まない
- (4) 食事の速さは自分のペースですすめればよい
- (5) 食事の途中では周囲の人となごやかに会話を交わすようにしたい
- (6) 向かって右のパン皿、左のグラスが自分のものである

11. 次の(1)・(2)は中国料理の調理器具である。それぞれの名称をアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



- ア 鉄鏝 イ 鍋子 ウ 砵櫃 エ 蒸籠

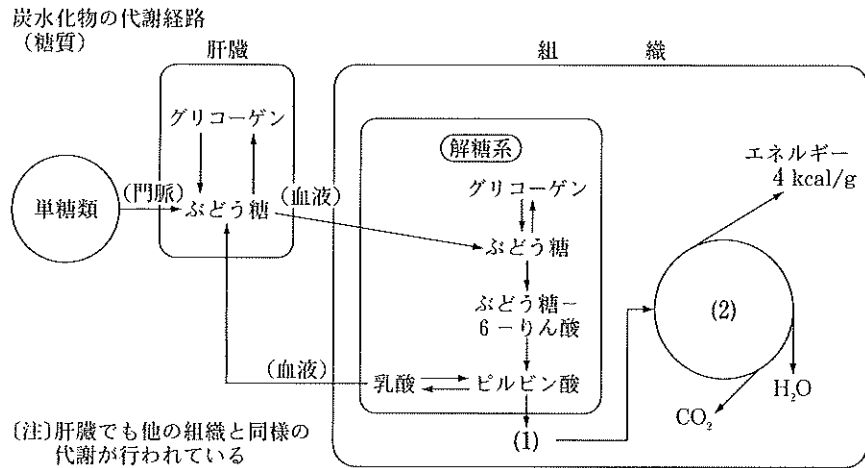
問 題	1		2		3		4		5	6		7	8	9		10	11	
	(1)	(2)	(1)	(2)	X	Y	(1)	(2)		(1)	(2)			(1)	(2)		(1)	(2)
1																		
級 (第 49 回)	解 答																	
	得 点																	
	学 校 名		高 校		学 年		組		番 号		名 前				合 計			

1 級 筆 記 問 題

1. 食物の消化吸収について、次の(1)・(2)の文中の___線の部分が正しいものには○印を、誤っているものは正しい語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) 胃では少量のアルコールが吸収される
- (2) たんぱく質の消化吸収率は、一般に炭水化物より高い

2. 次の(1)・(2)に最も適する語句をアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



- ア アセチルCoA
- イ 肝臓
- ウ TCAサイクル (クエン酸回路)
- エ ぶどう糖

3. 幼児期の栄養について、次の(1)から(5)の文の中から正しいものを二つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 消化吸収能力が未発達であるため、食品の選び方、調理法・与え方についての配慮が必要である
- (2) 間食は1日の推定エネルギー必要量の20~25%が適当である
- (3) 献立はエネルギーを多くするために、脂質・糖質を多くするようにする
- (4) 食欲は気分によって左右されやすいので、好きなものだけ使うとよい
- (5) 間食はビスケットや乳製品・くだもの・いも類など栄養価が高く消化のよいものが望ましい

4. 次の(1)・(2)の文の健康障害の原因となる栄養素をアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 最近、父は血圧が高い
- (2) 母は病院で、コレステロール値が高いと診断された

- ア 鉄
- イ ビタミンC
- ウ たんぱく質
- エ 脂質
- オ ナトリウム

5. 次の文は高齢者の食事について述べたものである。文中の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

高齢期の基礎代謝量は成人期 (30歳代) に比べて低く、日常の生活活動量も少なくなるので (1) 源となる炭水化物や脂質は減らす。
骨のカルシウム量は年齢が高くなるにしたがって減少し (2) 症や骨折が多く見られるようになる。

6. 次の(1)・(2)は何の目的で食品に添加されているか、アからオまでの中からそれぞれ一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) グルタミン酸ナトリウム
- (2) 次亜塩素酸ナトリウム
- ア 保存料
- イ 強化剤
- ウ 殺菌料
- エ 調味料
- オ 糊料

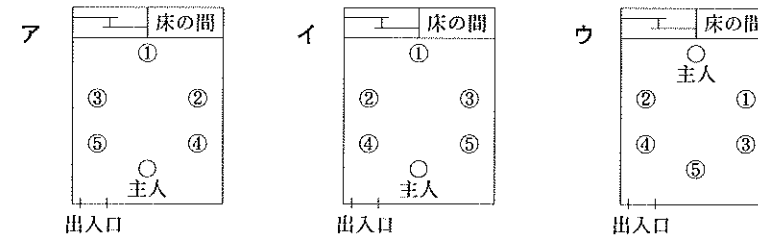
7. ホワイトソースの作り方について、次の(1)・(2)の文中のアからウまでの中から、最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) ルーを作る時は、(ア 弱火 イ 中火 ウ 強火) で炒める
- (2) ルーに牛乳を加える時は、(ア 小麦粉をバターでさっと炒めてから イ 小麦粉をバターでよく炒めうすく褐色になってから ウ 小麦粉をバターでよく炒め流動状になってから) がよい

8. ゼラチンを用いた寄せ物について、次の(1)・(2)の文が正しければ○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) ゼラチンは煮て、沸騰させて溶かすとよく固まる
- (2) 砂糖濃度が高いほど、ゼリー強度は大きくなる

9. 日本料理の座席はどのように決めたらよいか。下図のアからウまでの中から最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



10. 中国料理の用語「絲」に適する切り方の名称を解答欄に記入しなさい。

11. 次のテーブルコーディネートに関する(1)・(2)の文について、文中のアからウまでの中から正しいものを一つ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 照明は、(ア 白熱電球 イ 蛍光灯 ウ 水銀灯) の明かりのほうが自然光に近いのでおいしそうに見えるといわれている
- (2) 食欲は色によって影響を受けるといわれている。赤や黄色などの (ア 寒色系 イ 淡色系 ウ 暖色系) は温かい雰囲気を作り、食欲を高める

問題	1		2		3	4		5		6		7		8	9	10	11	
	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)				(1)	(2)
1																		
級 (第50回)	源 症																	
得点																		
学校名	高校		学年		組		番号		名前						合計			

第51回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和2年度）

1 級 筆 記 問 題

1. 次の表の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

消化液	成分	作用を受ける栄養素	生成物
唾 液	(1)	でんぷん	デキストリン, 麦芽糖
胃 液	ペプシン	たんぱく質	プロテオース, ペプトン
すい液	トリプシン	たんぱく質, プロテオース	ペプチド, (2)
	リパーゼ	脂質	脂肪酸, モノグリセリド
腸 液	ペプチダーゼ	ペプチド	(2)
	マルターゼ	麦芽糖	ぶどう糖

2. 糖質の代謝について、文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

ぶどう糖が体内でエネルギー源として利用される場合には、肝臓および各組織において、解糖系とよばれる経路に入り、酵素の働きで(1)にまで分解される。(1)はさらにアセチルCoAとなり、TCAサイクル(クエン酸回路)に入る。このサイクルでできたクエン酸が呼気によって取り入れた酸素と反応することにより、高エネルギーりん酸化合物のATPをつくる。ぶどう糖は最終的に(2)と水に分解される。

ア 尿素 イ ビルビン酸 ウ アンモニア エ 二酸化炭素

3. 思春期女子の貧血について、次の(1)から(4)の文の中から誤っているものを一つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 月経時の失血が原因である
- (2) 鉄の補給不十分などによる造血機能の低下による
- (3) やせたいと考えて極端な節食や偏食をするためにおこる
- (4) 将来の母性には全く影響しない

4. 次の表は、身体活動レベルII（ふつう）の食品群別摂取量のめやす（香川案）である。(1)・(2)に最も適する語句または数値を解答欄に記入しなさい。

(単位g)

年齢・性別	食 品	乳・乳製品	魚介・肉	豆・豆製品	(1)	油 脂
	16歳	男	400	160	100	420
女		330	120	80	320	25

5. 次の文は乳幼児や高齢者の食事について述べたものである。文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

乳幼児や高齢者の特質を考慮して(1)の高い食品の中から、特に消化の良いものを選ぶ。調理法は適度な硬さを保ちながら吸収されやすく、し好にも合うように工夫し、味はやや(2)にする

ア 濃いめ イ うす味 ウ 栄養価 エ 刺激性

6. 次の(1)・(2)の文で、正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) 黄色ぶどう球菌は熱に弱く、日常の調理方法で毒素を破壊することができる
- (2) 細菌性食中毒で最も多いものはサルモネラ属菌によるものであり、そのほとんどは魚介類を生で食べた場合である

7. ハムについて、関係あるものの組み合わせとして最も適するものをアからウまでの中から一つ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

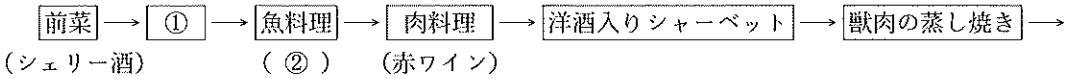
ア ミオグロビン・かん水 イ クロロフィル・硫酸銅 ウ ミオグロビン・亜硝酸ナトリウム

8. 次の(1)・(2)は焼き物について述べたものである。アからエまでの中から最も適するものを一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 調味せずそのまま焼く (2) たれを途中2～3回つけながら焼く

ア 塩焼き イ 包み焼き ウ 素焼き エ 照り焼き

9. 次の西洋料理を供する順序の一例である。①・②に出されるものをアからオまでの中からそれぞれ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



ア コンソメロワイヤル イ カナッペ ウ シャンパン エ 鶏肉の赤ワイン煮
オ 白ワイン

10. 次の(1)・(2)に最も関係の深いものをアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 羹 (2) 糖醋

ア 寒天やゼラチンでかためたもの イ 砂糖・酢・しょうゆで調味したもの
ウ 多種類の上等材料 エ でんぷんなどでとろみをつけた汁
オ 卵白を用いて衣揚げにしたもの

11. 食育基本法の基本的施策について、文中の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

- ① 家庭における食育の推進
- ② 学校、保育所等における食育の推進
- ③ 地域における食生活の改善のための取り組みの推進
- ④ 食育推進運動の展開
- ⑤ 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
- ⑥ (1)の継承のための活動への支援等
- ⑦ 食品の(2)性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供および国際交流の推進

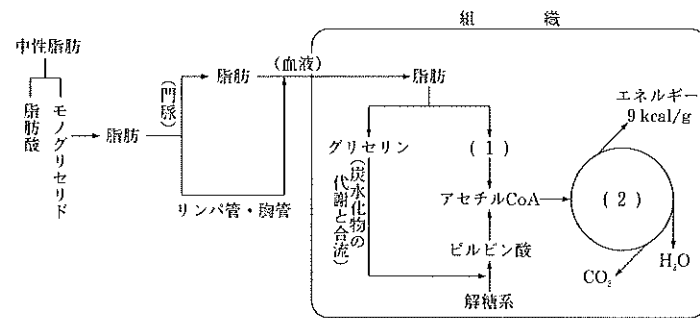
問 題	1		2		3	4		5		6		7	8		9		10		11		
	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	①	②	(1)	(2)	(1)	(2)	
1 級 (第51回)																					
解 答																					
得 点																					
学 校 名	高 校				学 年	組	番 号		名 前				合 計								

1 級 筆 記 問 題

1. 食物の消化吸収について、次の(1)から(5)の文の中から誤っているものを二つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 食物に含まれる炭水化物・脂質・たんぱく質は小腸でほとんど吸収される
- (2) 胃壁には多くのひだやじゅう毛があるため、表面積が広く、栄養素が吸収されやすい
- (3) 炭水化物はぶどう糖などの単糖類に分解され、小腸粘膜の毛細血管から吸収される
- (4) たんぱく質はアミノ酸となり、吸収されたアミノ酸は、門脈を経て肝臓に運ばれる
- (5) 余分な栄養素や老廃物は血液によって肝臓に運ばれ、ろ過される

2. 脂肪の代謝について、次の図の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。



3. 次の(1)・(2)の文で、正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) 高齢者は基礎代謝が減少するうえ、日常の身体活動量も少なくなるので、エネルギー源となる炭水化物、脂質、たんぱく質をすべて減らす
- (2) 幼児期は成長が著しい時期なので、すべての栄養素を十分に摂る必要がある。しかし消化・吸収能力は十分に発達していないため、栄養価が高く、消化のよいものを間食として与えるとよい

4. 軟食（かゆ食）について、次の表の(1)・(2)に最も適する語句をアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

種類	名称	水の量
全がゆ	20%がゆ	米の重量の5～6倍
(1)がゆ	15%がゆ	米の重量の7倍
(2)がゆ	10%がゆ	米の重量の10倍
三分がゆ	5%がゆ	米の重量の20倍

- ア 五分 イ 六分 ウ 七分
- エ 八分

5. 糖尿病の食事について、次の(1)から(4)の文の中から誤っているものを一つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 症状に応じたエネルギー量を摂り、栄養のバランスをよくする
- (2) 各自の標準体重に、性、年齢、体重、労働の種類、病状などを考慮して算出した推定エネルギー必要量を摂取る
- (3) 食事は1日3回を原則とし配分を均等化する。また、長く続けられる献立内容であることが大切である
- (4) 動脈硬化症で血中コレステロール値が高い時でも、脂肪を制限する必要はなく、動物性脂肪を摂ってもよい

6. 次の(1)・(2)の食中毒に最も関係の深いものをアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

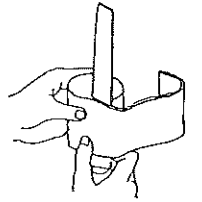
- (1) 細菌性食中毒（感染型） (2) 自然毒食中毒
- ア テトロドトキシン イ サルモネラ属菌 ウ 黄色ぶどう球菌 エ ヒスタミン

7. 次の文中の（ ）に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

収穫後の農産物に、害虫やカビの防除などのために使用する農薬のことを（ ）農薬という。わが国では食品衛生法で取り締まられていて、食品添加物に該当する。農薬が使用された場合、原則として残留濃度が、基準を下回る必要がある。

8. 次の(1)から(3)はだいこんのかつらむきの切り方を書いたものである。(ア)・(イ)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) 始めにだいこんの皮を一枚むき、（ア）の太さを均一にさせるとともに表面を丸くする
- (2) だいこんをむいている時、両手の（イ）は常に包丁の刃渡りの上に置く
- (3) 右手に持った包丁をゆっくり（ア）に動かしながら、左手でだいこんを回転させて切り進む



9. 次の(1)・(2)は行事食の献立である。それぞれに最も適する行事名をアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 枝豆飯
冷やしとろろ汁
精進揚げ
煮物（そば信田巻き）
にんじんとこんにゃくの白あえ
青うりかみなり干し
- (2) 赤飯
えびしんじょのすまし汁
たいの姿焼き
さしみ（ひらめ・まぐろ）
かにときゅうりの黄味酢あえ

- ア ひなまつり イ うら盆会 ウ こどもの日 エ クリスマス オ 成人の日

10. 会席料理（5品献立）の場合、次の(1)・(2)に最も適するものをアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 向付 (2) 小鉢（小井）
- ア 卵豆腐のすまし汁 イ 赤貝ときゅうりの黄味酢あえ ウ たいの姿焼き、筆しょうが
- エ たいの松皮づくり オ いりどり

11. 次の(1)・(2)の基本ソースから作られる応用ソースをアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) ベシャメルソース (2) ビネグレットソース
- ア タルタルソース イ クリームソース ウ ドミグラスソース エ ノルマンドソース
- オ ラビゴットソース

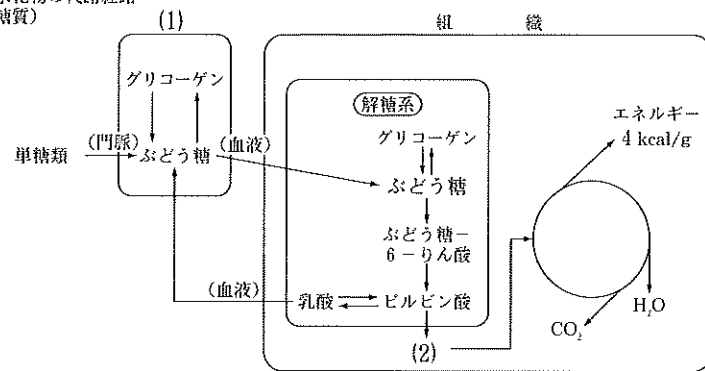
問題	1	2		3		4		5	6		7	8		9		10		11	
		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)		(1)	(2)	(ア)	(イ)	(1)	(2)	(1)	(2)
1級																			
解答																			
得点																			
学校名	高校		学年	組		番号		名前				合計							

1 級 筆 記 問 題

1. 次の文中の(1)から(3)の中から誤りを一つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。
- だ液の中のアミラーゼはおもに耳下腺から分泌され、でんぷんを加水分解してデキストリンとし一部は麦芽糖にする。 (1)
- たんぱく質は消化酵素のペプトンによって胃で消化されはじめ、小腸上部ですい臓の消化酵素であるトリプシンの作用を受ける。 (2)
- (3)

2. 次の(1)・(2)に最も適する語句をアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

炭水化物の代謝経路
(糖質)



- ア アセチルCoA
イ 肝臓
ウ $6O_2$
エ TCAサイクル (クエン酸回路)
オ H_2O

3. 幼児の偏食について、次の(1)から(5)の文の中から誤っているものを一つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。
- (1) 離乳のしかたに問題があった場合にみられる
(2) 母子関係など心理的因子や母親の嗜好が関係していることがある
(3) 偏食を防ぐには、調理法を工夫することが必要である
(4) 自立的な食習慣の形成には、全く影響はない
(5) 多くの食品に少しずつ慣れさせて、食事経験を豊かにすることが大切である

4. 高血圧の対策について次の(1)・(2)に適する語句を記入しなさい。
- ・漬け物やみそ汁を減らして (1) を制限することや、薄味に慣れる。
・動物性 (2) を制限して、植物性 (2) を多くとるようにする。

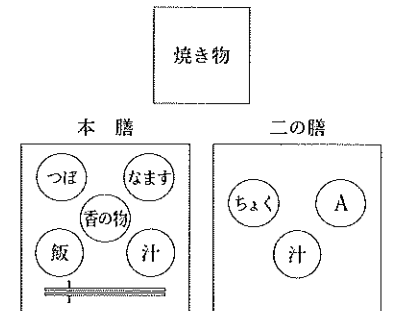
5. 成人期の肥満対策について、次の文中の(1)・(2)に最も適するものを、アからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
- ・野菜、(1)などを多くして満腹感を起こさせる
・(2), 無機質、ビタミンは十分に摂る
ア エネルギー量 イ 糖分 ウ たんぱく質 エ 塩分 オ 海藻

6. 次の(1)・(2)はハム・ソーセージに使われている主な添加物である。最も適する添加物名をアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
- (1) 発色剤 (2) 酸化防止剤
ア エリソルビン酸ナトリウム イ ソルビン酸 ウ 亜硝酸ナトリウム
エ グルタミン酸ナトリウム オ 赤色102号

7. 食中毒の予防について述べた次の(1)・(2)の文について正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。
- (1) 冷蔵庫や冷凍庫は9割以上食品を詰めて保存する
(2) 電子レンジや流水で解凍した食品を再び冷凍しても品質に問題はない

8. ババロアについて、次の(1)・(2)の問いに最も適するものをアからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
- (1) 仕上がり量200mLに対する粉ゼラチンの分量はどれか。
ア 1~2g イ 4~6g ウ 10~12g エ 14~16g
(2) ババロアを作る場合、粉ゼラチンの扱い方はどれか。
ア 沸騰している牛乳に直接入れて溶かす
イ 適量の水に5分以上浸し、あたためた牛乳に入れ、沸騰させないで溶かす
ウ 適量の水につけた後、牛乳に入れて5分間沸騰させる
エ 熱湯に5分間浸して、牛乳に入れて溶かす

9. 右図は本膳料理の二汁五菜の献立である。(1)・(2)の問いの答えを解答欄に記入しなさい。
- (1) Aに適する語句は何か。
(2) Aに最も適する料理をアからエまでの中から一つ選んで記号で答えなさい。
ア ひらめのこぶじめ
イ 高野豆腐と野菜の炊き合わせ
ウ あゆの姿焼き
エ なすのそぼろあんかけ



10. 次の(1)・(2)は西洋料理のスープの浮き実である。その名称を解答欄に記入しなさい。
- (1) 食パンをさいの目に切って揚げたもの (2) 卵を蒸してさいの目に切ったもの
11. 次の(1)・(2)は中国料理によく使われる調味料である。それぞれに最も適するものをアからカまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
- (1) 醋 (2) 辣油
ア とうがらし油 イ オイスターソース ウ ごまみそ エ 酢 オ とうがらしみそ
カ 小麦粉のみそ

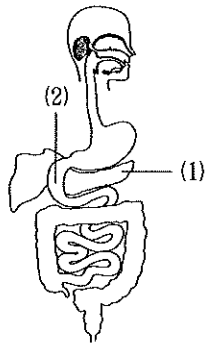
問題	1	2		3	4		5		6		7		8		9		10		11	
		(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
1 級 (第53回)																				
解答																				
得点																				
学校名					高校	学年	組		番号		名前				合計					

1 級 筆 記 問 題

1. 次の表の（ ）に最も適する栄養素を解答欄に記入しなさい。

消化液	成分	作用を受ける栄養素	生成物
すい液	トリプシン	たんぱく質	ペプチド, アミノ酸
	リパーゼ	()	脂肪酸, モノグリセリド

2. 次の図の(1)・(2)の名称をアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。



- ア 十二指腸 イ 食道 ウ 肝臓
エ 胆のう オ すい臓

3. 学童期の偏食の是正について、次の文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからエまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- ・ (1) や食前の糖分の摂取に注意する
 - ・ 毎日一定の時間 (2) をし、空腹を覚える習慣をつける
- ア 運動 イ 給食 ウ 調理 エ 間食

4. 高血圧症の食事療法について、文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

糖質は肥満を防ぐため食べすぎないようにする。肥満になると (1) が増し、血管に (2) が付着すると動脈硬化症の原因となる

ア コレステロール イ 体たんぱく質 ウ 体脂肪 エ 不飽和脂肪酸 オ ナイアシン

5. 機能面から栄養状態を判定するための方法として最も適するものをアからウまでの中から一つ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- ア 血液（ヘモグロビン量など） イ 身長・体重 ウ 皮下脂肪

6. 次の(1)・(2)の文について、正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) ふぐの毒はテトロドトキシンといい、内臓などに含まれているので、素人の調理は避ける
(2) じゃがいもの発芽した部分にはソラニンが含まれているので取り除いて調理する

7. 次の(1)・(2)の食品添加物について、最も関係の深いものをアからオまでの中からそれぞれ一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) ソルビン酸 (2) サッカリン
ア 漂白剤 イ 保存料 ウ 甘味料 エ 酸化防止剤 オ 発色剤

8. あじの姿焼きについて、次の文の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

あじの姿を形よく焼くために図のように、(1) を打つ。ひれ塩は、尾びれ・胸びれ・背びれに塩をすり込みこげるのを防ぐ。さらに魚全体に (2) をする。ガスコンロで焼く場合は、焼き網と鉄弓を用い、火加減は、強火で遠火がよい。盛りつける時、表にする方から先に焼く。



9. ホワイトソースの作り方について、次の(1)から(5)の文の中から誤っているものを二つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 使用する小麦粉は薄力粉がよい
(2) 使用する鍋はステンレス製がよい
(3) ホワイトルーはバター1に対して、小麦粉は3～4の量で作る
(4) ルーを作る時は、強火で炒める
(5) ルーに牛乳を加える時は、小麦粉をバターでよく炒め流動状になってからがよい

10. 次の文は中国料理の献立構成について述べたものである。文中の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

中国では献立のことを菜单といい、大きく分けると菜と (1) とからなっている。菜はさらに前菜と大菜に分けられる。前菜の前に京果が出され、大菜の最後に飯と (2) とつけものが出される。

11. 日本料理のテーブルコーディネートについて、文中の(1)・(2)に最も適する語句を、アからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

日本料理では、特に盛りつけの美しさを重視し、料理と器の色の調和や、盛りつける料理の数をもって (1) や心を表現する。器は、料理にたいして大きめなものを用い、立体的に盛りつける。盛りつけは食べやすい大きさに切る。大きい形のままで出す場合は (2) を入れておく。盛りつける方向は左から右に、または、奥から盛りつけるなど、食べる人がとりやすいように配慮している。

ア 季節 イ 漆器 ウ 折敷 エ カトラリー オ 隠し包丁

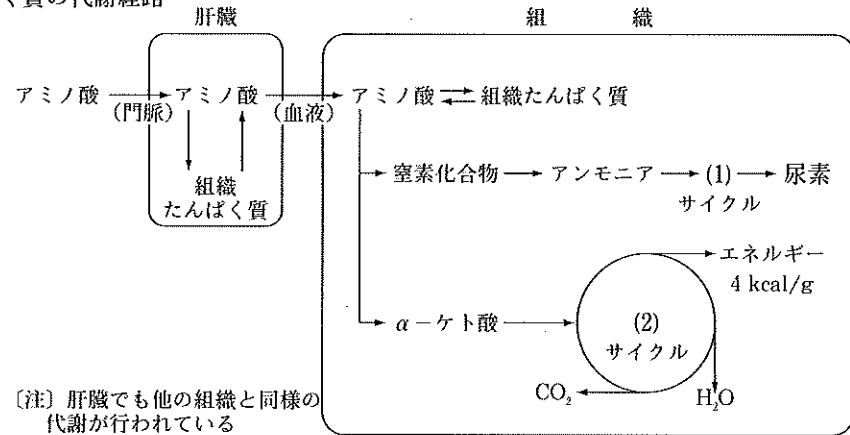
1 級 (第 54 回)	問 題	1	2		3		4		5	6		7		8		9	10		11		
			(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)			(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答																				
	得 点																				
学 校 名					高 校	学 年				組			番 号			名 前				合 計	

1 級 筆 記 問 題

1. 次の文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからカまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 でんぶんは、十二指腸ですい液の酵素の作用を受け麦芽糖となり、さらに小腸の腸壁において（ 1 ）という酵素により（ 2 ）に分解されると同時に吸収される。
 ア アミノ酸 イ ぶどう糖 ウ ラクターゼ エ マルターゼ オ アミラーゼ
 カ 果糖

2. 次の図の(1)・(2)に最も適する語句をアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

たんぱく質の代謝経路



- ア ぶどう糖 イ TCA ウ 脂肪酸 エ アミノ酸 オ 尿素（オルニチン）

3. 次の文は食中毒予防三原則を述べている。（ ）に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) 「細菌をつけない」…調理の際には手指、材料、調理器具をよく洗い、清潔にする
 (2) 「細菌を（ ）」…食品を常温で長く放置しない、早めに食べるようにする
 (3) 「細菌を殺す」…食品は中心まで加熱する

4. 消毒について、次の(1)・(2)の文に最も適するものをアからオまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 手指や器具などの消毒に用いられる。約70%濃度のものは消毒力が最も強い
 (2) 殺菌灯で照射する方法である。包丁やまな板等に使用するが、効果は表面だけである
 ア 塩素剤 イ 煮沸消毒 ウ 日光消毒 エ 紫外線消毒 オ アルコール

5. 思春期・青年期の栄養上の注意点について、次の(1)・(2)の文の中で正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) 特に、新しい細胞をつくるために必要な動物性たんぱく質とビタミンCや、エネルギー代謝に必要なビタミンKの摂取に注意する
 (2) 激しいスポーツや厳しい受験勉強など、生活状況が多様なので、それぞれに合った食事を摂るよう心がける

6. 次の文中の(1)から(3)に最も適する語句をアからカまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 一般に病人は身体の諸機能が弱っており、（ 1 ）が十分に働かないことが多いため、食欲が低下する。そのため、積極的に必要な栄養素を補給して（ 2 ）を促したり食事の量や質を調整して、機能の悪化を防ぎながら治療効果をあげる（ 3 ）が必要になる。
 ア 偏食 イ 食事療法 ウ 栄養量 エ 医師 オ 消化器官 カ 回復

7. 日本料理の特徴について、次の(1)・(2)の文の中で正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) 香辛料には、わさび、八角、ローリエがよく用いられる
 (2) 食器には陶器、漆器、ガラス器、木製の器などがあり形も様々でそれぞれの料理にあったものを選ぶ

8. 次の(1)・(2)の問いについて、アからオまでの中から最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 西洋料理の正餐（ディナー）献立の中心になる料理は何か。
 ア 前菜 イ スープ ウ 魚料理 エ 肉料理 オ 野菜料理
 (2) 下記のうち温前菜にあたるものは何か。
 ア カナッペ イ かきの殻焼き ウ スタッフェッドエッグ エ サラダ オ 魚の酢漬

9. ゼラチンを用いた寄せ物について、次の(1)から(5)の文の中から誤っているものを二つ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 粉ゼラチンは水に5～10分浸し、膨潤させてから使用する
 (2) ゼラチンは沸騰させながら煮て溶かすとよく固まる
 (3) 二色ゼリーを作る時、はじめに入れた液の表面が固まらないうちに次の液を加える
 (4) 冷却時間が長く、冷却温度が低いほどゼリー強度が大きくなる
 (5) 砂糖濃度が高いほど、ゼリー強度は大きくなる

10. 次の文中の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

（ 1 ）は生きる上での基本であり、知育、徳育、体育の基礎となるべきものと位置づけられている。心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、家庭、（ 2 ）、保育所、地域等を中心に、国民運動として取り組んでいくことが課題である。

問 題	1		2		3	4		5		6			7		8		9	10	
	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(3)	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)
1 級 解 答																			
得 点																			
学 校 名	高 校				学 年	組	番 号		名 前				合 計						

第56回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和4年度）

1 級 筆 記 問 題

1. 次の表の(1)・(2)に最も関係の深い語句をAからオまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

消化器官	口腔	胃	十二指腸	小腸
分泌液	だ液	胃液	すい液・胆汁	腸液
たんぱく質		プロテオース ペプトン ↑ ペプシン	ペプチド ↑ (1)	(2) ↑ ペプチダーゼ

- ア ガラクトース
- イ 果糖
- ウ すいアミラーゼ
- エ アミノ酸
- オ トリプシン

2. 次の文中の 線(1)・(2)の部分が正しいものには○印を、誤っているものには正しい語句を解答欄に記入しなさい。

大腸から消化酵素は分泌されず、でんぷんはほとんど消化されないが、腸内細菌によりビタミンの合成を助
 けたり、便秘を整えるはたらきがある

(1) (2)

3. 次の(1)から(3)について、それぞれ最も適するものをAからカまでの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) ボツリヌス菌 (2) 黄色ぶどう球菌 (3) サルモネラ属菌
- ア 病原性好塩菌ともいわれ、魚類の表皮についた菌が、まな板につき、食品を介して感染する
 - イ 手などに化のう巣のある人が食物を取り扱うときに混入し、加熱しても中毒をおこす
 - ウ 嫌気性で、ハム・ソーセージ・加熱処理の不完全なびん詰などの空気のないところで増殖する
 - エ 家畜のふん便などで汚染された食肉や鶏卵を食べたことで中毒をおこす
 - オ ふぐの内臓などをよく除かずに食べたことで中毒をおこす
 - カ 未熟な青梅やあじさいの葉を食べたことで中毒をおこす

4. 次の文は母性栄養について述べたものである。文中の 線(1)の部分は誤りであるため、正しい語句を解答欄に記入しなさい。

鉄欠乏性貧血の場合、妊娠高血圧症候群にかかったり流産したりすることが比較的多いので、妊娠前から鉄、たんぱく質、ビタミンB₁を十分に摂っておかなくてはならない

5. 食生活と病気との関係について、次の(1)・(2)の問いに最も適するものをAからエまでの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) コレステロール値が高めの人の食事について、誤っているものはどれか。
- ア コレステロールの合成を促すので、動物性脂肪の摂取は控えめにする
 - イ DHA、I PA (EPA)などを多く含む食品を摂取する
 - ウ コレステロールの酸化を防ぐために、ビタミンA・E・Cやポリフェノール類を摂取する
 - エ 食物繊維はコレステロール排泄作用を弱めるので摂取は控えめにする
- (2) 高血圧の原因は、塩分の摂りすぎと言われている。健康な成人男性の塩分の摂取量は1日何g未満に抑えるのが望ましいか。
- ア 5g イ 7.5g ウ 15g エ 20g

6. 次の(1)・(2)の文は高齢者の食事について述べたものである。正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) カルシウムの吸収が悪くなるので、吸収されやすい牛乳や乳製品を摂るようにする
- (2) 味覚がにぶくなるので食塩は多めに使って調味し食欲の増進をはかるようにする

7. 次のクリスマスの献立にあと二品を加えたい。AとBに最も適するものをAからオまでの中からそれぞれ一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- ・オードブル
- ・かぼちゃのポタージュ
- ・ A
- ・ヒレ肉の蒸し煮、野菜添え
- ・シャンパンシャーベット
- ・ B
- ・野菜サラダ
- ・くだもの
- ・コーヒー

- ア 真鯛のポワレ・マッシュポテト
- イ ポークカツレツ・せん切りキャベツ
- ウ 七面鳥ロースト・にんじんグラッセ・クレソン
- エ カナッペ
- オ アイスクリーム

8. 日本料理の食卓作法について、次の(1)から(5)の中から正しいものを二つ選んで、その番号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 飯と汁のふたを取る。飯碗のふたは左手でとり、右手を添えて左側に上向きにおく。汁碗のふたは右手でとり、左手を添えて右側に上向きにおく
- (2) 飯とおかずは必ず交互に食べなければならない
- (3) 魚は背肉から食べ、裏返す場合は、頭の位置を変えないように返して食べる
- (4) 飯や汁のおかわりをする時は、碗を両手で給仕人に渡す
- (5) 食べ終わった時、ふたは取ったままでよい

9. 次の(1)・(2)の文は茶わん蒸しについて述べたものである。文中のAからEまでの中から最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 鶏卵1個にだし汁約(A 50g イ 150g ウ 250g エ 350g)を加える
- (2) 蒸し器のふたをずらした場合、蒸し器の中の温度は(A 60℃ イ 70℃ ウ 90℃ エ 100℃)になる

10. 食育の推進について、次の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

- 2005年「(1)ガイド」
 食生活指針を具体的な行動に結びつけるものとして、国民一人ひとりの1日の適切な食事摂取量をわかりやすく、イラストで示したものである。厚生労働省、農林水産省により作成された
- 2005年「(2)制度」
 学校における食育を推進するために児童生徒の栄養指導や給食管理を職務とする教諭を配置

問 題	1		2		3			4	5		6		7		8	9		10	
	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(3)		(1)	(2)	(1)	(2)	A	B		(1)	(2)	(1)	(2)
1 級 解 答																			
得 点																			
学校名	高校				学年		組		番号		名前				合計				

第57回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和5年度）

1 級 筆 記 問 題

- 次の文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからオまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 一般に空腹になると食欲がおこり、満腹になると摂食をやめる。この食欲の生理的メカニズムは脳の(1)にある中枢によってコントロールされ、胃の収縮や(2), ホルモン等が刺激となって摂食中枢に伝えられて空腹感を生じる。
 ア 血糖値の低下 イ 精神生活の状態 ウ 視床下部 エ 心理的要因 オ 環境条件
- 次の文中の(1)・(2)に最も適する語句をアからオまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 食物中のたんぱく質は、消化作用によって(1)に分解されて小腸から吸収される。その後、全身の各組織に送られて組織たんぱく質に合成され、一部は(2)に貯蔵される。
 ア ぶどう糖 イ 尿素 ウ 肝臓 エ アミノ酸 オ 胃
- 学童期の栄養について、次の(1)・(2)に最も適する語句を記入しなさい。
 代謝が円滑に進むための各種のビタミン類や、骨の成長に必要な(1), さかんな造血のための(2)の補給なども大切である。
- 高齢者の栄養の摂り方について、次の(1)・(2)の文の中で正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。
 (1) 感染に対する抵抗力が低下し、臓器組織も修復する必要が高まるので、必須アミノ酸比率を高くする必要があるが、量は成人の約1/2位でよい
 (2) 肥満の場合には、意図的に減量する必要があるのですべての栄養素の摂取をひかえる
- アレルギー様食中毒に最も関係の深いものをアからエまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 ア テトロドトキシン イ サルモネラ属菌 ウ 黄色ぶどう球菌 エ ヒスタミン
- 次の文の(1)から(3)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。
 食品添加物は(1)法によって定義され、食品の製造過程において、又は食品の加工もしくは(2)の目的で食品に添加されるものである。毒性試験や発がん性試験などにより、(3)大臣が安全と認めたものだけが使用できる。

- ホワイトソースの作り方について、次の(1)・(2)の文中のアからウまでのの中から、最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) 使用する小麦粉は(ア 薄力粉 イ 中力粉 ウ 強力粉)がよい
 (2) ルーに牛乳を加える時は、(ア 小麦粉をバターでさっと炒めてから イ 小麦粉をバターでよく炒めうすく褐色になってから ウ 小麦粉をバターでよく炒め流動状になってから)がよい
- パパロアについて、次の(1)・(2)の問いに最も適するものをアからエまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) 仕上がり量200mLに対する粉ゼラチンの分量はどれか。
 ア 1~2g イ 4~6g ウ 10~12g エ 14~16g
 (2) 仕上がり量に対する砂糖の適当な濃度はどれか。
 ア 5~6% イ 12~18% ウ 35~40% エ 50~55%
- 次の(1)・(2)はAさんの家の行事食の献立である。それぞれに最も適する行事名をアからオまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1)

{	ちらしずし
	はまぐりのうしお汁
	菜の花のからしあえ
	三色あられ

 (2)

{	鶏肉とえびのピラフ
	ミートローフ
	フルーツサラダ
	ティーパンチ
かしわ餅	

 ア ひなまつり イ うら盆え ウ こどもの日 エ クリスマス オ 成人の日
- 次の(1)・(2)の中国料理の用語は何をさすか。それぞれのアからエまでのの中から正しいものを一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。
 (1) 溜 ア 揚げる イ 煮込む ウ あんかけ エ 焼く
 (2) 炸 ア 揚げる イ 煮込み ウ あえる エ 炒める

1 級 (第57回)	問 題	1		2		3		4		5	6			7		8		9		10	
		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(3)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答																				
	得 点																				
	学 校 名	高 校				学 年		組			番 号		名 前				合 計				

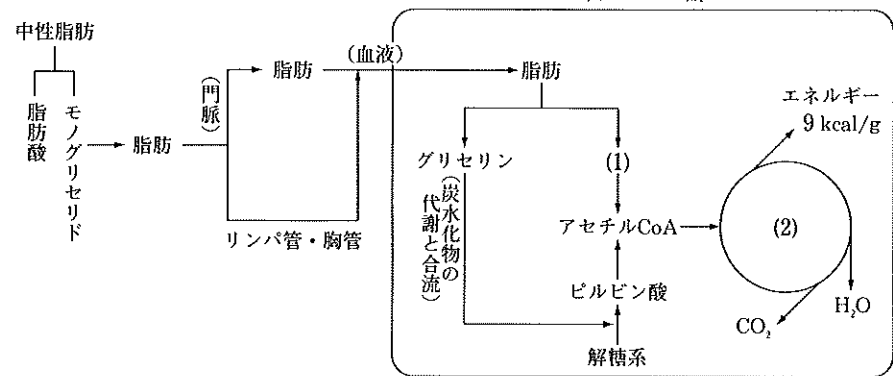
1 級 筆 記 問 題

1. 次の食物の消化吸収について、文中の___線の部分が正しいものには○印を、誤っているものには×印を解答欄に記入しなさい。

- (1) 食物に含まれる炭水化物・脂質・たんぱく質は小腸でほとんど吸収される
- (2) 余分な栄養素や老廃物は血液によって肝臓に運ばれ、ろ過される

2. 次の図の(1)・(2)に最も適する語句をアからエまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

<脂肪の代謝経路>



- ア TCAサイクル（クエン酸回路）
- イ ぶどう糖
- ウ 脂肪酸
- エ 肝臓

3. 乳児期の栄養について、次の(1)・(2)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

生後4, 5か月ごろまでは母乳又は人工栄養によって成長する。生後5, 6か月ころになると、乳汁だけでは栄養が不足するので(1)食を与え始める。

母乳には、乳児の発育に必要な成分が適切な割合と濃度で含まれている。消化・吸収能力が十分発達していない乳児に適したアルブミンが多く、栄養的に優れ、病気を防ぐ(2)性も高い。

4. 次の文中の(1)・(2)に適する語句をアからオまでのの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

成人期の食事内容としては、外食の機会が増え、動物性たんぱく質や脂質の多い食事が増える。また、(1)を摂りすぎたりビタミンや(2)が不足しやすい。

- ア 水分
- イ 疲労
- ウ 塩分
- エ 喫煙
- オ 食物繊維

5. 次の表は高齢者向けの献立例である。(1)・(2)に適するものを高齢者の特性・栄養上の観点から考え、それぞれの番号のア・イから選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

ホイル焼き	(1) たまねぎ しめじ	茶わん蒸し	鶏ささ身
含め煮	(2) にんじん かぶ		鶏 干しいたけ ゆり根 なると巻 みつば
おろしあえ	しらす干し だいこん	白あえ	ひじき にんじん 白ごま 豆腐

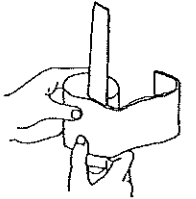
- (1) ア いか イ たら
- (2) ア 鶏つくね イ こんにゃく

6. 次の(1)・(2)の症状を示す食中毒の原因は何か。アからエまでのの中から一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 魚介類のさしみを食べて8時間から24時間で中毒症状があらわれた。主な症状として下痢、嘔吐、腹痛、発熱がみられた
 - (2) おにぎりを食べて30分から3時間のうちに中毒症状があらわれた。発熱はなかったが腹痛・下痢・嘔吐がみられた
- ア 黄色ぶどう球菌 イ サルモネラ属菌 ウ ボツリヌス菌 エ 腸炎ビブリオ

7. 次の(1)から(3)はだいこんのかつらむきの切り方を書いたものである。下図を参考に(ア)・(イ)に最も適する語句を解答欄に記入しなさい。

- (1) 始めにだいこんの皮を一度むき、(ア)の太さを均一にさせるとともに表面を丸くする
- (2) だいこんをむいている時、両手の(イ)は常に包丁の刃渡りの上に置く
- (3) 右手に持った包丁をゆっくり(ア)に動かしながら、左手でだいこんを回転させて切り進む



8. カスタードプディングを蒸し器のふたをずらして加熱する方法で作る場合、(1)・(2)の問いについて、アからエまでのの中から最も適するものを一つずつ選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 鶏卵50gに対して牛乳は何gが適するか。
- ア 50g イ 100g ウ 150g エ 200g
- (2) 加熱温度は何度が適するか。
- ア 65~74℃ イ 75~79℃ ウ 85~90℃ エ 100℃以上

9. 次の洋風のテーブルコーディネートに使われるもの(1)・(2)について、アからカまでのの中から最も適するものを選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

- (1) 麻・綿・化繊混紡などを使用する。正餐には、白の麻が使われる
 - (2) 生花やくだもの盛り合わせ、キャンドルなどテーブルの中央に置く飾り
- ア テーブルクロス イ 位置皿 ウ センターピース エ ナプキン オ フィギュア
カ ランチョンマット

10. 右表は正月料理（おせち料理）のつめ方の例である。(1)・(2)に最も適するものをアからオまでのの中から選んで、その記号を解答欄に記入しなさい。

一の重	
祝肴	口取り
黒豆	だて巻き
かずのこ	錦卵
(1)	かまぼこ
	(2)

- ア 栗きんとん イ 鶏肉の松風焼き ウ 田作り
- エ さけのきぬた巻き オ いろ鶏

問 題	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		
	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(ア)	(イ)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	
1 級 解 答																					
得 点																					
学 校 名	高 校				学 年		組		番 号		名 前				合 計						