

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5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 ● W ← ✓ 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 保健所を設置することができる地方自治体として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 都道府県
- 2 地域保健法施行令により指定された市
- 3 23 特別区
- 4 町および村

2 人口静態調査に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 毎年、4月と10月に実施されている。
- 2 代表的な調査に国勢調査がある。
- 3 地域における人口の動きが把握できる。
- 4 死亡率（粗死亡率）を知ることができる。

3 中皮腫や肺がんの原因物質として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 カドミウム
- 2 メチル（有機）水銀
- 3 二酸化硫黄
- 4 アスベスト（石綿）

4 衛生害虫やネズミと媒介する疾病との組合せとして、正しいものを一つ選びなさい。

《衛生害虫やネズミ》	《媒介する疾病》
1 ハエ	——— ワイル病
2 蚊	——— 日本脳炎
3 ゴキブリ	——— マラリア
4 ネズミ	——— デング熱

5 「健康日本 21（第二次）」に示されている基本的な方向について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 平均寿命の抑制と健康格差の拡大
- 2 健康を支え、守るための社会環境の整備
- 3 生活習慣病の発症拡大と重症化促進の徹底
- 4 社会生活を営むために必要な食料の確保および増産

6 健康づくりにおける身体活動・運動に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 「健康日本 21（第二次）」には、身体活動・運動に関する項目が設定され、それぞれ目標が掲げられている。
- 2 身体活動・運動は、心肺の機能を抑制するとともに各種臓器の機能や代謝を低下させる効果がある。
- 3 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）は、今後の生活で要介護に陥るリスクが低い状態である。
- 4 身体活動・運動には、高血圧、動脈硬化および糖尿病の発症リスク低減効果を期待することができない。

7 長年にわたる食塩の過剰摂取による影響を強く受ける生活習慣病として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 胃がん
- 2 心疾患
- 3 高血圧症
- 4 1型糖尿病

8 労働環境、作業様態および労働条件を原因として発症する職業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 ストレス解消のための喫煙習慣の持続による肺疾患
- 2 上肢を一定の状態に保持した連続作業の反復による腰痛症
- 3 重量物の取り扱いや腰に負担がかかる作業姿勢の持続による頸肩腕症候群
- 4 長時間にわたるコンピュータの取り扱いによるドライアイなどの視覚障害

9 児童福祉法における児童としての取り扱いを受ける年齢の上限として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 6歳未満
- 2 12歳未満
- 3 15歳未満
- 4 18歳未満

10 調理師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 調理師試験に合格した人は、就業地の市町村長に対し免許の申請を行う。
- 2 調理師免許証の再交付申請は、就業地の都道府県知事に対して行う。
- 3 厚生労働省令で定める調理業務に従事する調理師は、就業地の都道府県知事に対して2年ごとに就業届を提出しなければならない。
- 4 厚生労働大臣は、調理師が調理の業務において重大食中毒事故を発生させたときに調理師免許を取り消すことができる。

食 品 学

11 穀類の加工品に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 上新粉は、うるち米を洗って水切りし、粉砕、乾燥したものである。
- 2 薄力粉は、強力粉と比べ、たんぱく質含量が高い。
- 3 コーングリッツは、とうもろこしを細かく粉砕したものである。
- 4 ウイスキー製造に用いられる麦芽は、小麦を発芽させたものである。

12 砂糖および甘味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 てんさい糖は、さとうきびを原料として製造される。
- 2 黒砂糖は、分蜜糖に分類される。
- 3 和三盆は、わが国の伝統的な製法で作られる水あめである。
- 4 アスパルテームは、二分子のアミノ酸からなる人工甘味料である。

13 豆腐とその加工品に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 豆腐の製造に用いられる「にがり」の主成分は、硫酸カルシウムである。
- 2 高野豆腐は、豆腐を凍結してから低温で乾燥させたものである。
- 3 絹ごし豆腐のたんぱく質含量は、木綿豆腐より高い。
- 4 焼き豆腐は、豆腐の水を切り、油脂で揚げたものである。

14 野菜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。

《野菜名》	《分類》
1 にら	葉菜類
2 セロリ	茎菜類
3 玉ねぎ	根菜類
4 ブロッコリー	果菜類

15 鶏卵に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 鶏卵には、ビタミンCが含まれている。
- 2 鮮度の低下とともに、濃厚卵白の粘度が上昇する。
- 3 卵黄の色は、飼料に由来するカロテノイド色素によるものである。
- 4 卵黄には、溶菌作用を持つたんぱく質が含まれている。

16 食品の流通に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 フードマイレージとは、国内生産食料と輸入食料の合計重量に占める国内生産食料重量の割合のことである。
- 2 地産地消の促進により、フードマイレージは減少する。
- 3 卸売市場を経由しないで直接産地から売買人が仕入れることを「競り」という。
- 4 青果物は、生産者から卸売市場を経由して売買が行われる。

栄養学

17 6つの基礎食品群で、主な食品、主な栄養素、主な働きの組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《食品》		《栄養素》		《働き》
1 緑黄色野菜	—————	脂肪	—————	皮膚や粘膜の保護
2 魚、肉、卵、大豆・大豆製品	———	たんぱく質	———	筋肉や骨等を作る
3 淡色野菜、果実類	—————	ビタミンC	———	エネルギー源
4 穀類、いも類	—————	カルシウム	———	骨・歯を作る

18 脂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 油脂の多い食事より、少ない食事の方が吸収率は高くなる。
- 2 過剰に摂取しても、体内に蓄積されることはない。
- 3 腸内細菌によって、体内で合成されるものがある。
- 4 小腸でのカルシウムの吸収を、抑制するものがある。

19 ビタミン・ミネラルとその供給源となる植物性食品の組み合わせとして、誤っているものを一つ選びなさい。

《ビタミン・ミネラル》		《供給源となる植物性食品》
1 ビタミンA	—————	きくらげ・乾しいたけ
2 ヨウ素	—————	まこんぶ・わかめ
3 鉄	—————	ほしひじき（鉄釜）・小松菜
4 葉酸	—————	ブロッコリー・枝豆・ほうれんそう

20 食品たんぱく質と体たんぱく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 食品たんぱく質は20種類、体たんぱく質は18種類のアミノ酸で構成されている。
- 2 体たんぱく質の合成には、体内において、非必須（可欠）アミノ酸の1つが欠けても影響しない。
- 3 食品たんぱく質は、そのままの形で体内に吸収され、体たんぱく質へと移行する。
- 4 食品たんぱく質に含まれる必須（不可欠）アミノ酸の量とバランスによって、体たんぱく質合成の効率が変わる。

21 油脂を構成する脂肪酸に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 不飽和脂肪酸を多く含む油脂は、常温で固体である。
- 2 飽和脂肪酸は、不飽和脂肪酸より酸化されやすい。
- 3 飽和脂肪酸の中には、必須脂肪酸が含まれる。
- 4 飽和脂肪酸は、とりすぎると血中コレステロール濃度が上がる。

22 肥満に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 肥満は、過体重の状態である。
- 2 内臓脂肪型肥満は、中高年の男性に多い。
- 3 皮下脂肪型肥満は、生活習慣病のリスクを高める。
- 4 成人後の肥満は、食事療法の効果が上がりにくい。

23 消化液に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 唾液には、ショ糖（スクロース）の分解酵素が含まれている。
- 2 胆汁には、リパーゼが含まれている。
- 3 胃液には、塩酸とペプシノーゲン（ペプシン）が含まれている。
- 4 膵液には、糖質とたんぱく質の分解酵素は含まれるが、脂肪の分解酵素は含まれていない。

24 成長期の栄養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 幼児期は、間食によって総エネルギーの30～40%を補給することが望ましい。
- 2 学童期は、偏食癖が容易に形成され、個食・孤食・欠食などの習慣が定着しやすい。
- 3 思春期は、一生で最も多くのエネルギーと栄養素が必要である。
- 4 思春期の女子においては、鉄が不足しやすい。

25 高血圧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 約90%は、原因が特定できる二次性高血圧である。
- 2 発症に、生活習慣は関わるが、遺伝的要因は関与しない。
- 3 動脈硬化の危険因子である。
- 4 野菜、いも、海藻類の摂取は控える。

食 品 衛 生 学

26 食品衛生法に規定されている食品の範囲として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 容器包装
- 2 乳幼児用おもちゃ
- 3 食器用洗剤
- 4 医薬部外品

27 微生物とその増殖条件である酸素に対する必要性の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《微生物》 | 《増殖条件》 |
|------------|--------|
| 1 カンピロバクター | 好気性菌 |
| 2 大腸菌 | 微好気性菌 |
| 3 ボツリヌス菌 | 偏性嫌気性菌 |
| 4 かび | 通性嫌気性菌 |

28 「大量調理施設衛生管理マニュアル」に記載されている食品名とその保存温度の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《食品名》 | 《保存温度》 |
|---------|--------|
| 1 乳・濃縮乳 | 15℃以下 |
| 2 ゆでだこ | 10℃以下 |
| 3 殻付卵 | 15℃以下 |
| 4 生鮮魚介類 | 10℃以下 |

29 食中毒の原因となる食品と産生される毒素の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《食品》 | 《毒素》 |
|---------|----------|
| 1 黄変米 | エンテロトキシン |
| 2 ピーナッツ | アフラトキシン |
| 3 ふぐ | シガトキシン |
| 4 おにかます | テトロドトキシン |

30 飲食物を介して媒介される感染症として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 エキノコックス症
- 2 A型ウイルス肝炎
- 3 C型ウイルス肝炎
- 4 E型ウイルス肝炎

31 食品添加物に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 既存添加物は、長年使用されている合成の添加物である。
- 2 指定添加物は、厚生労働大臣が指定した天然の添加物である。
- 3 既存添加物の品目数は、指定添加物より多い。
- 4 栄養強化の目的で使用される添加物は、表示が免除される。

32 食物アレルギーに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 アレルゲンとなるのは、炭水化物である。
- 2 特定原材料は、アレルギー物質として表示が推奨されている。
- 3 アナフラキシーでは、短時間のうちに重篤な症状を生じる。
- 4 鶏卵を含む食品は、表示が推奨されている。

33 食品衛生責任者に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 特に衛生上の考慮を必要とする食品や添加物であって政令で定めるものの製造や加工を行う営業者は、施設ごとに専任の者を置かなければならない。その製造や加工を衛生的に管理させる。
- 2 食品衛生法施行規則により、飲食店等の営業者は営業施設ごとに設置しなければならない。食品衛生に関する新たな知見の習得にも努め、営業者の指示に従い衛生管理に当たる。
- 3 都道府県や保健所を設置する市などで、食品の監視業務を行っている地方公務員である。食品関係の営業施設などの衛生監視、指導、臨検検査や食品などの収去を行う。
- 4 社会的信望があり、かつ、食品衛生の向上に熱意と識見を有する者のうちから都道府県等が委嘱することができる。食品等事業者からの相談に応じ、助言等を行う。

34 次の寄生虫のうち魚介類から感染するものとして、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 クドア・セプテンブンクタータ
- 2 サルコシスティス・フェアリー
- 3 アニサキス
- 4 旋尾線虫

35 ノロウイルス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 7月から10月頃にかけての夏季に、発生することが多い。
- 2 ノロウイルスの不活化には、消毒用アルコールが最も有効である。
- 3 原因食品は、未加熱または加熱不十分の二枚貝（カキなど）に限られる。
- 4 ヒトからヒトへの感染が起こる。

36 感染型食中毒の原因菌として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 カンピロバクター
- 2 サルモネラ属菌
- 3 黄色ブドウ球菌
- 4 腸炎ビブリオ

37 「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 便所及び風呂等における衛生的な生活環境を確保する。
- 2 定期的な健康診断及び月に1回以上の検便を受ける。
- 3 便所には、調理作業時に着用する外衣、帽子、履き物のまま入らない。
- 4 ノロウイルスの無症状病原体保有者であることが判明した場合、徹底した手洗いの励行を行い、調理作業に従事する。

38 植物性食中毒の原因植物とその有毒物質の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《原因植物》		《有毒物質》
1 毒きのこ	——	ムスカリン
2 ジャガイモ	——	アミグダリン
3 スイセン	——	ソラニン
4 青梅	——	アコニチン

39 ハサップ（HACCP）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 最終製品の検査を一つ一つ行い、その食品が安全であるか否かを決める管理手法である。
- 2 食品を製造する大企業だけでなく、給食施設や飲食店などでも、この考え方を適用できる。
- 3 一般衛生管理プログラムが整備され実行されていることが重要である。
- 4 この管理を行うためには、7原則を含めた12手順が必要である。

40 消毒法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 消毒法には、物理的消毒法と化学的消毒法の二つがある。
- 2 煮沸消毒は、100℃の湯の中で5分以上煮る方法である。
- 3 アルコールは、純アルコールの殺菌効果が最も強い。
- 4 逆性せっけんは、洗浄力は弱い、殺菌力は非常に強い。

調理理論

41 食材の下処理法とその効果の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《食材》	《下処理法》	《効果》
1 たけのこ	—— 食塩水でゆでる	———— えぐ味の除去
2 さといも	—— 食塩水でゆでる	———— ぬめりの除去
3 れんこん	—— 重曹を入れてゆでる	—— 褐変防止
4 ごぼう	———— 砂糖を入れてゆでる	—— 褐変防止

42 長く保存した鶏卵の鮮度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 卵の卵黄膜は強くなる。
- 2 割卵後の卵黄の高さが増加する。
- 3 濃厚卵白が水様卵白に変化する。
- 4 卵白の pH が 7.0 より低くなる。

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 香辛料とは、辛味をつける目的だけに使われる。
- 2 ターメリックは、主に料理の香り付けに使われる。
- 3 クミンは、主に料理の辛味付けに使われる。
- 4 ペッパーには、食欲増進効果がある。

44 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 卵とだし汁の割合は、1 対 3 が基本である。
- 2 卵とだしは、熱いうちに合せる。
- 3 塩分濃度は、約 5 % である。
- 4 すが立たないようにするには、100 °C を保って蒸す。

45 混ぜる調理操作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 卵白の攪拌による泡立ちは、たんぱく質の表面変性によるものである。
- 2 薄力粉を用いたスポンジケーキの生地は、攪拌するほど粘りが増す。
- 3 マヨネーズは、卵白中のレシチンによる乳化作用により作られる。
- 4 バターを攪拌すると、空気を抱き込みクリーミーになる。

46 料理と凝固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 卵豆腐は、寒天を用いる。
- 2 ごま豆腐は、くず粉を用いる。
- 3 ババロアは、寒天を用いる。
- 4 ブラマンジェは、ペクチンを用いる。

47 電磁調理器に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 マグネトロンから発生するマイクロ波で発熱する。
- 2 熱効率は、30～50 %である。
- 3 ほうろう鍋は、使用できない。
- 4 コンロ自体は発熱しないので、安全で清潔である。

48 蒸し物に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 煮物に比べて、栄養素の損失が多い。
- 2 もち米を蒸すときは、水分吸収を促進するために、弱火で長時間蒸す。
- 3 湯が沸騰し、蒸気が立ってから材料を入れる。
- 4 調味は、加熱途中で可能である。

49 糖類の甘味度の強い順として、正しいものを一つ選びなさい。

- | | 甘味度が強い | > | 甘味度が弱い |
|---|--------|------|--------|
| 1 | ショ糖 | >果糖 | >ブドウ糖 |
| 2 | ブドウ糖 | >ショ糖 | >果糖 |
| 3 | 果糖 | >ショ糖 | >ブドウ糖 |
| 4 | ブドウ糖 | >果糖 | >ショ糖 |

50 植物性食品の色に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 とさかのりは、原藻時では緑色だが石灰水を通すと赤色になる。
- 2 紫キャベツは、酢水でゆでると赤色になる。
- 3 ほうれん草は、酢水でゆでると鮮やかな緑色になる。
- 4 れんこんは、鉄鍋でゆでると白くなる。

51 日本料理の調理用語に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 「吸い口」とは、吸い物や碗盛りに芳香を添えるため、椀ふたの内側や材料の上に香りの強い野菜を少量置くことである。
- 2 「かくし包丁」とは、材料の中心部分に包丁の切り込みを入れることである。
- 3 「化粧塩」とは、一尾魚を蒸した後、表面に花のように焼いた塩を添えることである。
- 4 「なます」とは、材料に直接酢をかけてあえたものである。

52 チーズ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 カッテージチーズは、脱脂乳に酵素（レンネット）を加えて凝固させたものである。
- 2 ナチュラルチーズ製造時に固形物と分離される液体は、塩水である。
- 3 チーズ・フォンデュは、硬質チーズを鍋で熔融する時にワイン酢を加える。
- 4 プロセスチーズは、数種類のナチュラルチーズを加熱熔融し、成形したものである。

53 卵白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 スープのあくとり時に用いる卵白は、沸騰直前に煮汁に加えてよく攪拌すると透明になる。
- 2 卵白の泡立て時は、油脂を添加すると泡立ちやすくなる。
- 3 淡雪かんは、寒天と砂糖を煮溶かし、熱いうちに泡立てた卵白と混ぜ、型に流し込んで固める。
- 4 卵白の完全凝固温度は 80℃以上である。

54 コーヒー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 「ドリップ式」は、耐熱ガラス製の上下の容器で水の蒸気圧を利用してコーヒー液を作る方法である。
- 2 コーヒー液の苦味成分は「テオブロミン」である。
- 3 「フェザリング」とは、コーヒー液にクリーム等を入れ、よく混ざらないで凝固物ができることをいう。
- 4 コーヒーシュガーは、グラニュー糖に黒糖を混ぜ、溶解後再結晶させて砕いたものである。

55 そば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 そばは、香味を重んじるので、そば粉は挽きたてを用いる。
- 2 そばでは、そば粉2、小麦粉8の割合で混ぜて調製したものを「二八そば」という。
- 3 「そばがき」は、そば粉に食塩を加えて水で捏ね、ゆでたものである。
- 4 「更科^{さらしな}そば」は、種子の皮の粉末が混ざっていて、色が黒く、歯ごたえがある。

56 肉の軟化と加熱に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 筋線維を切らないようにして加熱すると、軟らかくなる。
- 2 ワインを加えて加熱すると、固くなる。
- 3 砂糖を加えて加熱すると、軟らかくなる。
- 4 重曹を加えて加熱すると、固くなる。

食文化概論

57 食文化の成り立ちに関する記述で、に入る語句として、最も適当なものを一つ選びなさい。

『食文化とは、世界中の地域や民族で代々受け継がれ、その根底に流れている精神的な価値観を示すの文化で、相対的な存在であることを認識しておかなければならない。』

- 1 異国
- 2 料理
- 3 嗜好性
- 4 固有

58 伝統的な日本の食文化において、明らかに違う東西の文化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 醤油について、東は濃口、西は薄口である。
- 2 ウナギの開き方について、東は腹開き、西は背開きである。
- 3 雑煮の餅について、東は角形、西は丸形である。
- 4 雑煮の汁について、東はすまし仕立て、西は味噌仕立て又はすまし仕立てである。

59 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

60 西洋料理に関する記述で、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。

『 A は、地域ごとの郷土料理に特徴があり、特色ある料理は B やパエリアがある。』

- | A | | B |
|----------|----|---------|
| 1 フランス料理 | —— | エスカルゴ |
| 2 イタリア料理 | —— | ミネストローネ |
| 3 スペイン料理 | —— | ガスパチョ |
| 4 スイス料理 | —— | ラクレット |