

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6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 公衆衛生活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 国や地方公共団体と民間団体の組織的な取り組みによって推進されている。
 - 2 活動を支え、推進している国の行政機関の主体は、文部科学省である。
 - 3 2000年以降、がん（悪性新生物）や心疾患による死亡を著しく減少させた。
 - 4 第二次世界大戦前後に蔓延した感染症の発症予防には、効果が認められなかった。

- 2 「健康とは、肉体的、精神的および社会的に完全に良好な状態であり、単に疾病または虚弱の存在しないことではない。」と定義したものとして、正しいものを一つ選びなさい。
 - 1 日本国憲法
 - 2 WHO（世界保健機関）憲章
 - 3 アルマ・アタ宣言
 - 4 オタワ憲章

- 3 毎年実施されるが、3年ごとには健康票で自覚症状の状況、通院の状況、健康意識などを把握する大規模調査が行われるものとして、正しいものを一つ選びなさい。
 - 1 国勢調査
 - 2 国民健康・栄養調査
 - 3 国民生活基礎調査
 - 4 人口動態調査

- 4 大気の組成で最も構成割合の多い成分として、正しいものを一つ選びなさい。
 - 1 酸素
 - 2 二酸化炭素
 - 3 アルゴン
 - 4 窒素

- 5 鉱山の精錬所からの廃水に含まれていた汚染物質により、富山県神通川流域で発生したイタイタイ病の原因物質として、正しいものを一つ選びなさい。
 - 1 カドミウム
 - 2 有機（メチル）水銀
 - 3 二酸化硫黄
 - 4 ダイオキシン類

6 近年の国民健康・栄養調査の結果による平均的な栄養素等摂取量の状況に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 エネルギー摂取量は、1人1日当たり2,500～3,000 kcalである。
- 2 脂質のエネルギー比率は、25～30 %である。
- 3 食塩摂取量は、20～30 gである。
- 4 食物繊維摂取量は、250～300 gである。

7 せき、くしゃみで感染する感染症の感染経路として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 接触感染
- 2 垂直感染
- 3 飛沫感染
- 4 空気感染

8 「生活習慣病予防の観点から40～74歳の被保険者とその被扶養者に対する特定健康診査・特定保健指導の実施」を規定する法律として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 地域保健法
- 2 健康増進法
- 3 介護保険法
- 4 高齢者の医療の確保に関する法律（高齢者医療確保法）

9 食育基本法に規定される内容として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 食育推進会議は、内閣総理大臣の下に設置されている。
- 2 食育推進会議の会長は、農林水産大臣が務めている。
- 3 食育推進基本計画は、文部科学大臣が定めている。
- 4 都道府県に、地域の食育推進計画の作成を義務付けている。

10 調理師免許の取り消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 麻薬、あへん、大麻、覚せい剤の中毒者となっても医療機関で治療を受けている場合には、免許取り消しの対象とはならない。
- 2 調理師の業務とは関係のない事象で罰金刑以上の刑に処せられた場合には、免許取り消しの対象とはならない。
- 3 調理師の責任における調理業務に関して、食中毒その他の衛生上重大な事故を発生させた場合には、免許取り消しの対象となる。
- 4 調理師が免許の取消処分を受けた場合には、1か月以内に住所地の都道府県知事に免許証を返納する。

食 品 学

11 とうもろこし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 とうもろこしの第1制限アミノ酸は、ロイシンである。
- 2 とうもろこしの胚芽は、コーン油の原料として用いられる。
- 3 コーンスターチは、とうもろこしの胚乳を粉にしたものである。
- 4 ポップコーンは、デント（馬歯）種のとうもろこしを原料とする。

12 こんにゃくいもに含まれる粘質物質として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ガラクタン
- 2 ペクチン
- 3 ムチン
- 4 グルコマンナン

13 果実に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 日本なしの独特なざらざらした食感は、果肉中の石細胞による。
- 2 かんきつ類は、液果類（漿果類）に分類される。
- 3 甘がきは、渋みの主成分であるタンニンを含まない。
- 4 すいかの果肉の赤色成分は、アントシアニンである。

14 乳製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 スキムミルクパウダーは、生乳から水分をほぼ除去して製造される。
- 2 コンデンスミルクは、牛乳をそのまま減圧濃縮して製造される。
- 3 カッテージチーズのようなフレッシュチーズは、白かびによる熟成を行う。
- 4 プロセスチーズは、1種類または数種類のナチュラルチーズを加熱・溶解加工して製造される。

15 香辛料とその主な成分の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《香辛料》 | | 《成分》 |
|----------|----|--------|
| 1 とうがらし | —— | クルクミン |
| 2 こしょう | —— | ピペリン |
| 3 しょうが | —— | シニグリン |
| 4 ターメリック | —— | カプサンチン |

16 栄養機能食品の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 カリウム
- 2 ヨウ素
- 3 ビタミンK
- 4 n-3 (ω 3) 系脂肪酸

栄養学

17 「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 「日本人の食事摂取基準（2010年版）」を、具体的な行動に結びつけることを目的として策定された。
- 2 イラストは、コマの一番上に主食、以下主菜、副菜、牛乳・乳製品と果物の順番で描かれている。
- 3 水・お茶は、コマを回すために必要な「ヒモ」として描かれている。
- 4 料理例では、料理区分ごとに1つ（1サービング）分の具体例が描かれている。

18 糖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 ヒト成人の体内には、体重の5%存在する。
- 2 身体の機能を調節する働きがある。
- 3 筋肉グリコーゲン^{グリコーゲン}は、筋肉のエネルギー源として利用される。
- 4 ビタミンB₆が欠乏すると、体内におけるエネルギー源としての利用性が低下する。

19 脂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 レシチンは、代表的な単純脂質である。
- 2 脂質は、糖質と比べて胃内の停滞時間が長い。
- 3 コレステロールは、体内で合成されるよりも食事から摂取するほうが多い。
- 4 胆汁酸は、中性脂肪を原料として合成される。

20 摂食行動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 摂食行動を調節する中枢は、間脳の視床下部に存在する。
- 2 摂食中枢が刺激されると、食物の摂取を抑制する。
- 3 胃壁が伸展すると、食欲は亢進^{こうしん}する。
- 4 血液中のグルコース濃度が低下すると、満腹中枢が刺激される。

21 ホルモンとその作用の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《ホルモン》	《作用》
1 グルカゴン	血糖値を上げる
2 アドレナリン	血圧を下げる
3 サイロキシン（甲状腺ホルモン）	基礎代謝を下げる
4 コルチゾール	血糖値を下げる

22 基礎代謝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 基礎代謝量 (kcal/日) は、生きていくために最低限必要なエネルギー消費量である。
- 2 基礎代謝量は、食後に、椅子に座った状態で測定する。
- 3 基礎代謝量は、体表面積の大きさと正比例する。
- 4 基礎代謝基準値 (kcal/kg 体重/日) は、男女とも 1~2 歳に最大となる。

23 血液凝固に関わるビタミンとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ビタミン A
- 2 ビタミン D
- 3 ビタミン E
- 4 ビタミン K

24 高齢期の身体的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 咀嚼力は、低下する。
- 2 胃酸分泌は、減少する。
- 3 塩味の閾値^{いきち}は、低下する。
- 4 基礎代謝量 (kcal/日) は、低下する。

25 痛風とその栄養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 男性と比べて、女性に多い。
- 2 プリン体を多く含む食品を、積極的に摂取する。
- 3 水分の摂取を制限する。
- 4 アルコールの多飲は避ける。

食 品 衛 生 学

26 微生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 微生物が増殖するための三条件とは、栄養素、湿度、温度である。
- 2 ウイルスは、リケッチアよりも大きい。
- 3 アフラトキシンは、かびの産生する毒素である。
- 4 サルモネラ属菌は、球菌である。

27 食中毒の原因菌に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 サルモネラ属菌は、芽胞を形成する。
- 2 ボツリヌス菌は、増殖に酸素が必要な好気性菌である。
- 3 エルシニア・エンテロコリチカは、4℃以下でも増殖できる低温菌である。
- 4 カンピロバクター・ジェジュニ/コリは、食品内で毒素をつくる。

28 細菌性食中毒予防の3原則とその対策の組み合わせとして、誤っているものを一つ選びなさい。

- | 《3原則》 | 《対策》 |
|-----------|------------------------|
| 1 菌を付けない | —— 新鮮な食材を選ぶ |
| 2 菌を増やさない | —— 加熱食品を10℃以下に急冷して保管する |
| 3 菌を増やさない | —— 加熱食品を65℃以上で保管する |
| 4 殺菌する | —— 冷凍保存する |

29 食物から感染する寄生虫とその感染源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》 | 《感染源》 |
|------------------|--------|
| 1 肝吸虫 | —— 食肉類 |
| 2 クドア・セプテンプンクタータ | —— 海水魚 |
| 3 クリプトスポリジウム | —— 淡水魚 |
| 4 トキソプラズマ | —— 野菜類 |

30 食品添加物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 既存添加物は、天然添加物として使用実績があったものである。
- 2 わが国では、ポジティブリスト制度を採用している。
- 3 一日摂取許容量（ADI）は、無毒性量と同じである。
- 4 キャリーオーバーに該当する食品添加物は、表示が免除される。

31 調理従事者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 調理に従事する臨時職員は、2 か月に 1 回の検便を受ける。
- 2 手指に化膿創がある者は、汚染作業区域内で作業を行う。
- 3 着用する帽子や外衣は、毎日専用で清潔なものに交換する。
- 4 自身の健康状態は、週 1 回、管理者に報告する。

32 遺伝子組換え食品表示の義務表示の対象となる農産物加工食品として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 豆腐
- 2 しょうゆ
- 3 コーン油
- 4 水あめ

33 寄生虫による食中毒の原因であるクドア・セプテンpunkタータ（クドア）に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 クドアの体長は約 10 mm で、肉眼で見ることができる。
- 2 クドアに感染すると食後数時間で一過性の嘔吐や下痢を呈し、軽症で終わる。
- 3 クドアによる食中毒は、冬から春にかけて多く発生し、夏から秋にかけては少ない。
- 4 クドアは、中心温度 75 °C で 1 分以上の加熱で死滅する。

34 カンピロバクターとその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 4℃以下の低温では生存できない。
- 2 通性嫌気性菌である。
- 3 潜伏期間は、1～5時間（平均3時間）である。
- 4 主な症状は、下痢、腹痛、発熱である。

35 「大量調理施設衛生管理マニュアル」における二次汚染の防止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 下処理は、汚染作業区域で行う。
- 2 食品を取り扱う場合は、床面から60cm以上の場所で行う。
- 3 器具や容器は、流水で洗浄後に75℃、1分間加熱する。
- 4 調理終了後の食品は、衛生的な容器にふたをして保存する。

36 ハサップ（HACCP）に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 完成した製品の検査を一つ一つ行うことで、その製品の安全性を確保するシステムである。
- 2 実施すれば、従来から行われている一般衛生管理プログラムは必要なくなる。
- 3 飲食店や食品販売店、小規模事業者は、この考え方を取り入れることで、より効果的な衛生管理を行うことができる。
- 4 導入することで、作業記録の作成及びその保管を省略することができる。

37 食品添加物とその用途名の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《食品添加物》 | 《用途名》 |
|-------------|-------|
| 1 L-アスコルビン酸 | 保存料 |
| 2 亜硝酸ナトリウム | 発色剤 |
| 3 ソルビン酸カリウム | 甘味料 |
| 4 アスパルテーム | 酸化防止剤 |

38 アルコール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 食品に直接吹きつけて使用することはできない。
- 2 100 %よりも70 %に薄めた溶液のほうが消毒力は強い。
- 3 対象物の表面が濡れていても殺菌効果に影響はない。
- 4 ノロウイルスに対して殺菌効果がある。

39 食肉とその主な食中毒の病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。

《食肉》 《病因物質》

- 1 牛肉 —— サルコシステイス・フェアリー
- 2 馬肉 —— カンピロバクター
- 3 豚肉 —— E型肝炎ウイルス
- 4 鶏肉 —— 腸管出血性大腸菌

40 食物アレルギー物質の特定原材料として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 アーモンド
- 2 ごま
- 3 さば
- 4 かに

調理理論

41 味の相互作用に関する記述で、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。

『異なる味を持つ2種類以上の呈味物質を混ぜた時、一方をA効果Bという。』

- | A | | B |
|-------|----|------|
| 1 弱める | —— | 抑制効果 |
| 2 弱める | —— | 対比効果 |
| 3 弱める | —— | 相乗効果 |
| 4 強める | —— | 抑制効果 |

42 野菜・果実類とそのアク（不味成分）を取り除く調理法の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《野菜・果実類》 | 《調理法》 |
|----------|----------------|
| 1 渋がき | —— 皮をむき水で洗う |
| 2 たけのこ | —— 米ぬか入りの水でゆでる |
| 3 わらび | —— 酢水でゆでる |
| 4 ほうれんそう | —— 電子レンジで加熱する |

43 スチームコンベクションオーブンの機能に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 自然対流式のオーブンより温度管理が難しい。
- 2 スチームのみを使用する場合は、最高温度が100℃である。
- 3 高温調理による焼き物では、出来上がりの食材の乾燥が大きい。
- 4 蒸す、焼く、煮るなどの加熱調理が1台の機器でこなせる。

44 イタリア料理の献立構成（コース）のプリモピアット（前菜の次の料理）として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 ミネストローネ
- 2 パスタ料理
- 3 リゾット
- 4 アクアパッツァ

45 うるち米の炊飯時に必要な水加減の基準として、最も適当なものを一つ選びなさい。

- 1 米の重量の 0.7 倍
- 2 米の重量の 1.1 倍
- 3 米の重量の 1.5 倍
- 4 米の重量の 2.0 倍

46 小麦粉のドウ調製時の添加物と物性への影響に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 食塩は、ドウの粘弾性を増加させる。
- 2 砂糖は、ドウの粘弾性を増加させる。
- 3 サラダ油は、ドウの伸展性を減少させる。
- 4 熱湯 (90 °C以上) は、ドウの粘弾性を増加させる。

47 とうもろこしを利用した料理(食物)とその作り方に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 「ポレンタ」は、とうもろこしの粉を水で練ってゆでたものである。
- 2 「ポップコーン」は、粒の果皮が軟らかいソフトコーン種を急速に加熱して水分の膨張で内部を爆発させたものである。
- 3 「トルティーヤ(トルティージャ)」は、粉碎後、水と塩でこねたのち、丸く伸ばして焼き上げたものである。
- 4 「粟米湯(玉米湯)」は、生の^{スターミータン}とうもろこしの粒を中華スープで煮た澄んだスープのことである。

48 牛乳に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 野菜類が入った煮込み料理の調理は、牛乳を加熱前に入れると滑らかに仕上がる。
- 2 牛乳は、45 °Cに加熱すると表面に薄い皮膜ができる。
- 3 加熱前に魚やレバーを牛乳に浸しておくで脱臭効果がある。
- 4 牛乳中のカルシウムイオンは、卵の熱凝固を遅らせる効果がある。

49 なすの調理特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 なすに含まれる天然色素は、アスタキサンチンである。
- 2 なすのぬか漬けは、さびた古釘やミョウバンを加えると紫色が安定する。
- 3 なすの煮物料理は、鮮やかな紫色を保つために煮る前に高温の蒸気で加熱する。
- 4 なすは、素揚げにすると紫色が退色し、油中に溶け出る。

50 昆布のだしの取り方に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 昆布表面に付いている白い粉はカビなので、ふきんでふき取る。
- 2 水に入れて、沸騰直前に取り出す。
- 3 沸騰水の中に入れて、長時間加熱する。
- 4 昆布だしは、水量に対して昆布を 10 %の割合で使い、だしを取る。

51 魚介類のさしみに関する記述について、最も適当なものを一つ選びなさい。

- 1 まぐろなどの赤身魚は肉を厚く切る。
- 2 ひらめなどの白身魚は肉を厚く切る。
- 3 あらいは、魚肉をそぎ切りにして、流水にかけながら洗う。
- 4 しめさばは、さば肉に砂糖を振りかけたあと、食酢に漬ける調理法である。

52 食肉の部位とその適する料理の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《部位》 | 《料理》 |
|---------|----------|
| 1 牛ロース肉 | —— 煮込み |
| 2 鶏ささみ肉 | —— 生のたたき |
| 3 豚バラ肉 | —— 角煮 |
| 4 牛すね肉 | —— ステーキ |

53 産卵直後からの鶏卵の鮮度変化（低下）に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 比重が大きくなり、重量が増加する。
- 2 全卵白に対して濃厚卵白が減少し、水様卵白が増加する。
- 3 卵黄膜はかたく強くなる。
- 4 卵白の pH が低下する。

54 調理に用いる器具とその用途の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

- | 《器具》 | 《用途》 |
|---------|-------------------------|
| 1 レードル | —— クッキーやパイ生地を薄くのばす時に用いる |
| 2 シノワ | —— スープやソースを濾したり、水切に用いる |
| 3 スケッパー | —— ソースやスープをすくう時に用いる |
| 4 ターナー | —— 料理をつかむ時に用いる |

55 炒め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 炒め物は、油脂とともに鍋などを通して加熱する間接調理法である。
- 2 炒める時の油脂の量は、食品重量の 20～30 %である。
- 3 栄養素の損失は、高温加熱のため煮物などに比べて大きい。
- 4 鍋に入れる食材の量は、食材を混ぜながら加熱するので鍋を覆う位に入れてよい。

56 ブッフェの特徴に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ブッフェ形式は、スタンディング式（立食）、シットイング式（用意された席で食する）、オンテーブル式（着席のままテーブルの料理を取り分ける）がある。
- 2 立食形式では、人数や料理の増減に対応しにくい。
- 3 食事スタイルの基本は、会場のサービスマンが料理を取り分けて客に配る。
- 4 大皿から料理を取り分ける食具をカトラリーという。

食文化概論

57 アジアの特徴的な発酵調味料と料理名の組み合わせとして、正しいものを一つ選びなさい。

《発酵調味料》 《料理名》

- 1 ヌクナム —— フォー
- 2 しょつつる —— チゲ鍋
- 3 カピ —— シシカバブ
- 4 ナンプラー —— ナシゴレン

58 食品ロスに関する記述で、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。

『日本での食品ロスは、飢餓に苦しむ人々に向けた世界援助量の約A倍に相当し、国民一人あたりに換算すると「B1杯に近い量の食べ物」が毎日捨てられている計算になる。』

A B

- 1 1.1 —— コップ
- 2 1.2 —— 茶碗
- 3 1.3 —— どんぶり
- 4 1.4 —— サラダボウル

59 酒を楽しむための料理として発展した会席料理の配膳順番として、最も適当なものを一つ選びなさい。

- 1 前菜 → 口代わり → 吸い物 → 作り（造り） → 焼き物
- 2 前菜 → 吸い物 → 作り（造り） → 口代わり → 焼き物
- 3 前菜 → 作り（造り） → 口代わり → 吸い物 → 焼き物
- 4 前菜 → 作り（造り） → 吸い物 → 口代わり → 焼き物

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、歴史的に他民族との接触などを背景に地方色が色濃く現れており、南部アンダルシア地方には飲むサラダといわれる冷たいB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