

問題  
1

「食育月間」と「食育の日」に関する次の記述のうち、正しいものを一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化)

- ①食育基本法が成立した平成17年6月にちなみ、毎年6月を「食育月間」としている。また、毎月19日を「食育の日」としている。
- ②全国的に、食材が豊富な毎年10月を食育月間としている。また、毎月19日を「食育の日」としている。
- ③食育基本法が成立した平成19年6月にちなみ、毎年6月を「食育月間」としている。また、毎月19日を「食育の日」としている。
- ④全国的に、食材が豊富な毎年6月を食育月間としている。また、毎月19日を「食育の日」としている。

答：①

問題  
2

学校給食に関する次の記述のうち、誤っているものを一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化)

- ①学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町の私立忠愛小学校ではじめて実施された。
- ②明治22年にはじめて実施された学校給食では、貧困児童を対象に無償で提供された。
- ③昭和25年から、冬季休業と重ならない1月24日から1月30日までを学校給食週間と位置付けている。
- ④明治22年に始まった学校給食の取り組みは、戦時中も含めて徐々に広がっていった。

答：④

問題  
3

食事の機能に関する次の記述のうち、誤っているものを一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化)

- ①生きるための栄養を摂取する生理的な機能
- ②食事をすることで満足感を得る、おいしさを感じる心理的な機能
- ③共食による人との結びつきを強める社会的機能
- ④自然環境の保全、良好な景観の形成、文化の伝承等多面的な機能

答：④

問題  
4

魚を使った郷土料理について、料理名と主な材料となる魚を正しく組み合わせているものを、次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化)

- ①ひつまぶし - あなご (愛知県)
- ②ままかり寿司 - さんま (岡山県)
- ③石狩鍋 - かつお (北海道)
- ④しょつつる鍋 - はたはた (秋田県)

答：④

問題  
5

関東でかけそばやうどんに揚げ玉を入れたものを何と呼ぶでしょうか、正しいものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化)

- ①きつね
- ②たぬき
- ③かも
- ④きじ

答：②

問題  
6

スローフードとは各地で残る食文化を尊重し、将来に伝えていこうという活動をいいますが、どこの国で始まったのでしょうか、正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：食の社会問題・時事問題)

- ①アメリカ ②イギリス ③イタリア ④ドイツ

答：③

問題  
7

2017年度における日本の食料自給率について、正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：食の社会問題・時事問題)

- ①2017年度は、カロリーベースで38%となり、前年から横ばいとなった。  
②2017年度は、生産額ベースで38%となり、前年から横ばいとなった。  
③2017年度は、カロリーベースで40%となり、2025年度に目標とする45%の達成は以前難しい状況となっている。  
④2017年度は、生産額ベースで40%となり、2025年度に目標とする45%の達成は以前難しい状況となっている。

答：①

問題  
8

平成28年度の国民健康・栄養調査の結果について、誤っているものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：食の社会問題・時事問題)

- ①朝食の欠食率は、20～29歳で最も高い。  
②50～59歳の男性は、他の年代に比べて肥満者が多い。  
③野菜摂取量は、多くの年代で目標とする350gを超えている。  
④成人の塩分摂取量は、20～29歳で最も少ない。

答：③

問題  
9

フードマイレージとは、食料運搬によるCO<sub>2</sub>の排出などにより、輸送距離が長いほど環境に負荷を与えているとする考えです。次に示す4つの国のうち、日本のフードマイレージは何番目に大きいとされているのでしょうか、正しいものを次のうちから一つ選んでください。

<日本、韓国、アメリカ、イギリス>

(ジャンル：食の社会問題・時事問題)

- ①1番目 ②2番目 ③3番目 ④4番目

答：①

問題  
10

次の調味料に関する説明で、酢について述べているものはどれでしょうか、次のうちから正しいものを一つ選んでください。

(ジャンル：調理知識)

- ①たんぱく質の熱凝固を早める働きがある。また、食品の水分を抜いたり、保存性を高めるためにも用いられる。  
②大豆を主として小麦、食塩を原料とする日本独特の調味料。味付けの基本といわれる「さしすせそ」の「せ」を指す。  
③酵素の働きを抑えるので、酵素による褐変を防ぐことができる。れんこんに加えて煮ると、白く仕上がる。  
④もち米、米麴、焼酎もしくはアルコールを原料とする。甘味をつけるだけでなく、料理に照りやつや、こくなどを与える。

答：③

問題  
11

4つの調理器具で、一つだけ用途が異なるものはどれでしょう、次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：調理知識)

- ①石臼 ②鬼おろし ③フードプロセッサー ④せいろ

答：④

問題  
12

福井県若狭地方では、アマダイを背側から切り開いて一汐したものを、鱗をつけたままさっと焼いた「若狭焼き」が有名です。このさばき方をなんと呼ぶでしょうか、次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：調理知識)

- ①腹開き ②背開き ③鏡開き ④2枚おろし

答：②

問題  
13

肉や魚の切り身を洗うと味が落ちるのはなぜでしょう、正しいものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：調理知識)

- ①微生物がつくから  
②水っぽくなるから  
③臭くなるから  
④うまみが溶け出すから

答：④

問題  
14

玉露を入れるときのお湯の適温は何度が適当でしょうか、正しいものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：調理知識)

- ①100度 ②80度 ③50度 ④10度

答：③

問題  
15

魚を生で食べるときの調理方法で薬味をまぜたものを何というでしょうか、正しいものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：調理知識)

- ①刺身 ②たたき ③つくね ④あらい

答：②

問題  
16

A, Bの写真は、何の野菜の花でしょう、次のうちから正しい組み合わせを一つ選んでください。  
(ジャンル：食材（農産物、畜産物、水産物、特用林産物）)

- ①A ジャガイモ B オクラ  
②A 一寸ソラマメ B キュウリ  
③A オクラ B ナス  
④A 一寸ソラマメ B ナス



答：③

問題  
17

調味料について正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：食材（農産物、畜産物、水産物、特用林産物))

- ①うす口醤油は濃い口醤油より食塩濃度が低い。
- ②砂糖に少量の塩を加えると、甘味が増す。
- ③みりんは、うるち米と米こうじを混ぜて熟成させたものである。
- ④信州みそは豆みそである。

答：②

問題  
18

果物について正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：食材（農産物、畜産物、水産物、特用林産物))

- ①キウイには脂質分解酵素が含まれる。
- ②果物は成熟するにつれ、たんぱく質が増える。
- ③果物のペクチンは、ジャムのゼリー化に必要な成分である。
- ④果物を冷やすと甘味が弱くなる。

答：③

問題  
19

小麦粉について正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：食材（農産物、畜産物、水産物、特用林産物))

- ①小麦粉グルテンの形成には食塩を加える。
- ②小麦粉グルテンの形成には、こねた後時間をおかない。
- ③小麦粉グルテンの形成には氷水でこねるとよい。
- ④小麦粉グルテンの形成には強力粉が適している。

答：④

問題  
20

食の安心安全を高める上で重要なトレーサビリティ制度によって、生産履歴の管理が義務付けされている家畜は次のうちどれでしょう。

(ジャンル：食材（農産物、畜産物、水産物、特用林産物))

- ①馬 ②牛 ③豚 ④鶏

答：②

問題  
21

マダイは1年を通して漁獲があり、また、養殖物も多く出回っているため年中店頭並びます。マダイの旬は2度あると言われますが、季節はずれの鯛を表した言葉は次のうちどれでしょうか。

(ジャンル：食材（農産物、畜産物、水産物、特用林産物))

- ①初鯛 ②麦わら鯛 ③桜鯛 ④紅葉鯛

答：②

問題  
22

次のうち、渋柿の渋を抜く方法として不適切なものはどれか。

(ジャンル：食材（農産物、畜産物、水産物、特用林産物))

- ①炭酸ガスの中に入れておく。
- ②干柿にする。
- ③冷蔵庫で冷やしておく
- ④お湯の中に入れておく。

答：③

問題  
23

きのこ類に多く含まれるプロビタミンD(エルゴステロール)は、紫外線をあびるとビタミンDに代わる成分ですが、特にビタミンDの蓄積が多い身体の部位はどこでしょうか、次のうちから正しいものを1つ選んでください。

(ジャンル：食材(農産物、畜産物、水産物、特用林産物))

- ①皮膚 ②肝臓 ③脾臓 ④骨

答：①

問題  
24

次の食品で総エネルギー量が最も近いものを、次のうちから一つ選んでください。

タンパク質…40g、脂質…20g、炭水化物…150g

※ただし、タンパク質、資質、炭水化物以外の栄養素は含まないものとする。

(ジャンル：栄養・健康)

- ①840kcal ②940kcal ③1,040kcal ④1,140kcal

答：②

問題  
25

次の野菜の代表的な成分について、正しい組み合わせを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：栄養・健康)

- ①にんじん —クロロフィル  
②玉ねぎ —フラボノイド  
③アボカド —油脂  
④かぼちゃ —アントシアン

答：②

問題  
26

脂質について正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：栄養・健康)

- ①リノール酸は体内で合成できる。  
②コレステロールは細胞の構成成分である。  
③食事からの1日の脂質摂取量は200グラムである。  
④中性脂肪は細胞をつくる成分である。

答：②

問題  
27

ミネラル(無機質)について正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：栄養・健康)

- ①亜鉛の欠乏によって味覚障害が生じる。  
②リンの過剰摂取はカルシウムの吸収を促進する。  
③鉄の過剰摂取が貧血を起こす。  
④カルシウムは、人体内に含まれるミネラルがミネラル中もっとも少ない。

答：①

問題  
28

高齢者の栄養管理上の留意点について、正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：栄養・健康)

- ①骨粗鬆症を予防するために、カルシウムが不足しないようにする。  
②活動量が低下するので、たんぱく質の摂取量を減らす。  
③食欲が低下するので、甘味と塩味の両方を効かした味付けにする。  
④消化能力が低下するので、食物繊維の摂取量を減らす。

答：①

問題  
29

ビタミンの生理作用について、誤っているものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：栄養・健康)

- ①ビタミンB1は、糖質の代謝に関与している。
- ②ビタミンAは、コラーゲンの生成に関与している。
- ③ビタミンKは、血液凝固に関与している。
- ④ビタミンDは、骨の形成に関与している。

答：②

問題  
30

魚介類は豊富なたんぱく質を含む食品であるが、魚肉たんぱく質に特に多く含まれる必須アミノ酸は次のうちどれでしょうか。

(ジャンル：栄養・健康)

- ①バリン
- ②リシン (リジン)
- ③ロイシン
- ④ヒスチジン

答：②

問題  
31

次のうち、ヒトの必須アミノ酸でないアミノ酸はどれでしょうか、正しいものを次のうちから一つ選んでください。

(ジャンル：栄養・健康)

- ①フェニルアラニン
- ②メチオニン
- ③トリプトファン
- ④グルタミン酸

答：④

問題  
32

次の水分活性に関する記述のうち、誤っているものを一つ選んでください。  
(ジャンル：衛生・表示)

- ①水分活性をコントロールすることは、賞味期限の長い(日持ちの良い)食品を作る上で重要な要素である。
- ②食品中の水は、大きく「自由水」と「結合水」に分けられ、水分活性とは、食品中の自由水の割合を示す指標をいう。
- ③食品中の結合水の割合が多いほど、微生物は増殖しやすい。
- ④水分活性が0.5以下の場合、あらゆる微生物の増殖を防ぐことができる。

答：③

問題  
33

有害化学物質について正しいものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：衛生・表示)

- ①有機水銀は食肉類に含まれ、水俣病の原因となった。
- ②カドミウムは主に飲料水を介し摂取され、イタイイタイ病の原因となった。
- ③ダイオキシンは主に果物類に含まれ、有害作用を示す。
- ④六価クロムは残留農薬である。

答：②

問題  
34

細菌性食中毒の予防について正しいものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：衛生・表示)

- ①まな板は肉と野菜で同じ面を共用する。
- ②加熱した料理は常温で保存する。
- ③調理中に手はこまめに洗う。
- ④石けん洗浄で細菌数は減らない。

答：③

問題  
35

食品の保存について正しいものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：衛生・表示)

- ①細菌は食品中の自由水を利用する。
- ②真空包装された食品で細菌は増殖しない。
- ③冷凍庫の中での保存により細菌は死滅する。
- ④全ての細菌の生育には水分活性 0.8 以上を要す。

答：①

問題  
36

明治時代、当時問題となっていた脚気の原因を栄養欠陥であると考え、軍医総監として海軍の主食に麦混合食を採用した人物は次のうち誰でしょう。  
(ジャンル：食の偉人)

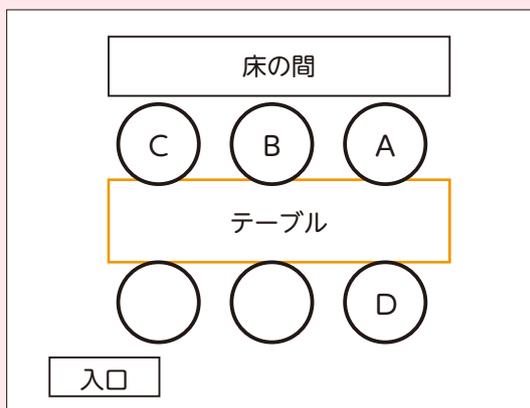
- ①鈴木梅太郎
- ②高木兼寛
- ③森鷗外
- ④田原良純

答：②

問題  
37

6名の場合における食事の席次マナーとして、上座(1番目の席次)は次のうちどれでしょう。  
(ジャンル：味覚・マナー)

- ①Aの席
- ②Bの席
- ③Cの席
- ④Dの席



答：②

問題  
38

2013年にユネスコの無形文化遺産に登録された日本の和食の特徴(無形文化遺産の代表的な一覧表への記載についての提案書)で、誤っているものを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化(和食))

- ①和食は日本の地域全体で行われており、北は北海道から南は沖縄まで、一様な食文化が存在している。
- ②「自然の尊重」という基本的な精神に因み、正月などの年中行事とも関連している。
- ③和食の担い手又は実践者は全ての日本人である。
- ④和食は家族や地域の絆を強めるほか、健康的な生活や長寿、肥満防止にも寄与している。

答：①

問題  
39

行事食について誤っている組み合わせを次のうちから一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化(和食))

- ①花祭りー甘茶
- ②重陽の節句ーちまき
- ③上巳の節句ーちらし寿司
- ④小正月ーあずきがゆ

答：②

問題  
40

人日の節句(1月7日)の朝に、7種の野草あるいは野菜が入った粥を食べる「七草粥」について、七草に含まれていないものは次のうちどれでしょうか、一つ選んでください。  
(ジャンル：食育全般・食文化(和食))

- ①なずな
- ②くず
- ③ごぎょう
- ④すずしろ

答：②