



第13回 全国 高校生食育王 選手権大会

【1】 イノシシの肉は「ぼたん」、馬の肉は「さくら」とも呼ばれていますが、ではシカの肉は何とよばれているか。次のうちから一つ選んでください。

- もみじ
- つつじ
- つばき
- れんげ

【2】 日本の伝統的な食器のうち「砥部焼」の産地は何県でしょうか。次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 岐阜県
- 岩手県
- 鹿児島県
- 愛媛県

【3】 おせちとしても作られる「紅白なます」の別名は何でしょうか。次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 七夕なます
- 源平なます
- 短冊なます
- 法要なます

【4】 児童および生徒の心身の健全な発育を目的に1954年6月に施行された法律は何でしょうか。次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 食育基本法
- 学校保健法
- 学校給食法
- 食育推進法

【5】 きこの日はいつでしょうか。次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 7月7日
- 7月15日
- 10月7日
- 10月15日

- 【6】厚生労働省が開始した健康日本21（第二次）の中で定めている成人の一日の野菜摂取量の目標として正しいものはどれか、次のうちから一つ選んでください。
- 200g 以上
 - 250g 以上
 - 300g 以上
 - 350g 以上**
-
- 【7】平成 29 年度では学校給食で活用している地場産物の使用割合は 26.4%ですが、国産食材の使用割合は次のうちどれか、正しいものを一つ選んでください。
- 72.3%
 - 76.7%**
 - 80.2%
 - 85.3%
-
- 【8】品質的に問題ないが、包装等の破損の理由で流通できなくなった食品を企業等から引き取り、福祉施設等に無料で提供する活動やその団体を何というか、次のうちから正しいものを一つ選んでください。
- フードサプライ
 - フードボランティア
 - フードバンク**
 - フードマイレージ
-
- 【9】食に関する調査研究を行う株式会社ぐるなび総研が選定・発表する、その年の日本の世相を最も反映・象徴する料理である「今年の一皿」に、2018 年ある魚介類が選ばれました。この魚介類は次のうちどれか、次のうちから正しいものを一つ選んでください。
- のどぐる
 - うなぎ
 - さば**
 - するめいか
-
- 【10】以下の乳化の記述について、次のうちから正しい組み合わせを一つ選んでください。
- ア バター…油中水滴型エマルション
 - イ マーガリン…水中油滴型エマルション
 - ウ 牛乳…油中水滴型エマルション
 - エ マヨネーズ…水中油滴型エマルション
- アとイ
 - アとエ**
 - イとウ
 - ウとエ
-
- 【11】次の乾物のうち重量変化が最も大きいものはどれでしょうか。一つ選んでください。
- 乾燥湯葉
 - かんぴょう**
 - はるさめ
 - 大豆

【12】白米1合の重さとして正しいものはどれか、次のうちから一つ選んでください。

- 約 150 グラム
- 約 160 グラム
- 約 170 グラム
- 約 180 グラム

【13】野菜のせん切りを意味する技法はどれでしょうか。次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- シャトー
- ブッシュ
- ジュリエンヌ
- シャリアピン

【14】カレイなどを煮詰めた煮汁が冷めるとゼリー状になります。これを”煮こごり”といい、化粧品などにも使われる女性にうれしいある成分が豊富に含まれています。この成分は何か、次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 寒天
- タウリン
- ミオグロビン
- コラーゲン

【15】牛乳を温めると膜ができる現象を何というのでしょうか。次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- シェリーレン現象
- ホエー現象
- 乳化現象
- ラムスデン現象

【16】次のイモ類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。

- こんにゃくいもの主成分はグルコマンナンで乾燥させて粉にして水とアルカリを加え加熱するとこんにゃくになる。
- はるさめはじゃがいもやさつまいも、緑豆でんぷんを糊化させて練り、めん状にして乾燥させたものである。
- やまいもや、さといもは炭酸カルシウムを含むため、皮膚を刺激してかゆくなることもある。
- さつまいもの食用部分は塊根で加熱すると、でんぷんの一部が糖質に代わり甘みが増す。

【17】次の食品のうち、苦味物質としてククルビタシンが含まれているのはどれでしょう

- はっさく
- きゅうり
- 緑茶
- マーマレード

【18】 次の魚介類の性質に関する記述について、正しいものを一つ選んでください。

- マグロの筋肉の色は、大部分がヘモグロビンである。
- 貝類には脂質が多く含まれる。
- 魚類は産卵前に脂質量が多くなる。
- 赤身魚は白身魚より脂質が少ない。

.....

【19】 次のうち、赤身ではない魚はどれか、正しいものを一つ選んでください。

- ぶり
- あじ
- たい
- まぐろ

.....

【20】 野菜を表す次の漢字のうち、らっきょうはどれか、次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 糸瓜
- 玉蜀黍
- 辣蕪
- 甘薯

.....

【21】 ピーマンを採らずにそのままにしておくとうどうなるか、次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 黒くなる
- 赤くなる
- 白くなる
- 濃い緑になる

.....

【22】 きのご類に多く含まれるプロビタミンD(エルゴステロール)は、何をあびるとビタミンDに代わるでしょうか、次のうちから次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 紫外線
- エックス線
- 赤外線
- 遠赤外線

.....

【23】 卵について、誤っているものを次のうちから一つ選んでください。

- 卵黄の色が濃いと栄養価が高い
- 卵重は鶏の品種、日齢で変化する
- 卵殻の主成分は炭酸カルシウム
- 新鮮な卵ほど濃厚卵白の盛り上がりが高い

【24】 約 20 種類のアミノ酸のうち体内で合成できないアミノ酸を必須アミノ酸というが、次のうち必須アミノ酸でないものはどれか、一つ選んでください。

- グリシン
- リジン
- ロイシン
- バリン

.....

【25】 次の炭水化物の記述について、正しいものを一つ選んでください。

- 砂糖に比べて、穀類に含まれる炭水化物の消化吸収は速い。
- 激しい運動のときに、筋肉の主要なエネルギー源として利用される。
- 一般的に、日常摂取している炭水化物の多くは砂糖由来である。
- 食物繊維のほとんどは炭水化物ではない。

.....

【26】 次のたんぱく質の記述について、正しいものを一つ選んでください。

- 成人の場合、平均して 1 日約 65g 摂取している。
- 植物性食品には含まれない。
- すべて動物性成分である。
- たんぱく質はエネルギーにはならない。

.....

【27】 次の 4 つの食品群に関する記述について、正しいものを一つ選んでください。

- 第 1 群は、体の調子をよくする食品群である。
- 第 2 群は、肉や血を作る食品群である。
- 第 3 群は、骨や歯をつくる食品群である。
- 第 4 群は、栄養を完全にする食品群である。

.....

【28】 やせすぎは、貧血や骨粗鬆症の原因となるが、身長 160cm の人が BMI によりやせと判断されるのは、体重が何 kg 以下の場合か。次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 47kg
- 50kg
- 53kg
- 56kg

.....

【29】 次の食塩に関する記述について、誤っているものを一つ選んでください。

- 食塩の摂り過ぎは高血圧の原因となる
- 日本人の年次推移の平均摂取量はおおむね減少傾向にある
- 日本人の食事摂取基準 2015 における目標量は 18 歳以上の男女とも 6g 未満である
- 食塩相当量は、食品表示基準で表示が義務化されている栄養成分の一つである

.....

【30】 唾液中に含まれる消化酵素アミラーゼは、何を分解する酵素か、次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- でんぷん
- 砂糖
- 中性脂肪
- たんぱく質

【31】 ビタミンと生理作用の組み合わせ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。

- ビタミンE – 脂肪の酸化防止
 - ビタミンA – コラーゲン合成**
 - ビタミンK – 血液凝固因子の形成
 - ビタミンD – 骨の成長促進
-

【32】 細菌性食中毒の原因となる病因物質として、次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- アコニチン
 - 腸炎ビブリオ**
 - ノロウイルス
 - ソラニン
-

【33】 次の食中毒に関する記述について、正しいものを一つ選んで下さい。

- ボツリヌス菌は好気性菌で、食中毒は腸管内で産生された毒素により発症する
 - 腸炎ビブリオ食中毒は肉を原因として発生することが多い
 - 腸管出血性大腸菌食中毒は腸管内で産生された毒素により発症する**
 - ウイルスによる食中毒は夏期に多発する
-

【34】 次のうち冷蔵庫の温度帯について誤っているものを、一つ選んでください。

- 冷蔵室は約 3 ~ 4℃である
 - チルドは約 5 ~ 10℃である**
 - 冷凍室は約 -18℃である
 - 野菜室は約 5 ~ 7℃である
-

【35】 次の食の安全制度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。

- 1968年に事業者の活動を適正化し、消費者の利益を守るため消費者保護基本法が制定された
 - 2003年には食品の安全性を守るために食品安全基本法が定められた
 - 2004年には消費者保護基本法は改正され、消費者基本法になった
 - 2009年には消費者の視点から政策全般を監視する組織の消費者安全委員が発足した**
-

【36】 日本で最初に「食育」という言葉を著した福井県出身の医師・石塚左玄は、家庭での食育の重要性や地産地消を説きました。彼はその著書の中で「人間は○○動物なり」と記していますが、○○に入る語句を、次のうちから1つ選んでください。

- 肉食
- 草食
- 穀食**
- 雑食

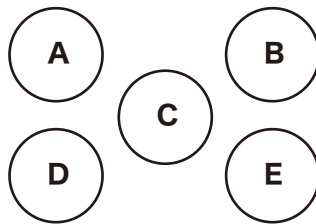
【37】 次の和食のマナーの記述のうち誤っているものを一つ選んでください。

- 食べ物を口に運ぶときに手を添えるしぐさ「手皿」は、マナー違反である。
- 食べ終わった後のお椀の蓋は裏返して重ねる。**
- お造りを食べる際は左側から、または淡泊なものから食べていく。
- 尾頭付きの焼き魚は食べる人から見て頭が向かって左側に盛るのがマナーであり食べる時、魚をひっくり返すことはマナー違反である。

【38】 次のだし材料とそれに豊富に含まれるうま味成分に関する記述について、正しい組み合わせを一つ選んでください。

- 煮干しーグアニル酸
- 干しいたけーコハク酸
- カツオ節ーイノシン酸**
- しじみークエン酸

【39】 下記の和食に関する配膳のうち適した組み合わせはどれか、次のうちから正しいものを一つ選んでください。



- A 主菜 B 副菜 C 副菜 D 主食 E 汁物
- A 副菜 B 主菜 C 副菜 D 主食 E 汁物**
- A 副菜 B 副菜 C 主菜 D 汁物 E 主食
- A 副菜 B 主菜 C 副菜 D 汁物 E 主食

【40】 京料理や和菓子などの原料となるくず粉は、植物の葛の根を原料としています。このくず粉の生産技術が日本林業遺産に認定されているのは何葛でしょうか、次のうちから正しいものを一つ選んでください。

- 吉野葛
- 熊川葛**
- 筑前葛
- 伊勢葛