

第19回全国高校生食育王選手権大会 WEB予選【B日程】問題解答

問 題		選 択 肢	解 答
1	腸管出血性大腸菌について、次のうちから正しいものを1つ選んでください。	① 野菜が原因とされる腸管出血性大腸菌の感染例は無いので気を付けなくてもいい。 ② 腸管出血性大腸菌は75℃以上で1分以上の加熱で死滅する。 ③ 腸管出血性大腸菌の増殖を抑えるために、食器乾燥機の使用は有効ではない。 ④ 腸管出血性大腸菌による食中毒は真冬に発生しやすい傾向がある。	②
2	カルシウムの吸収を促進するビタミンはどれでしょうか。次のうちから最も適切なものを1つ選んでください。	① ビタミンA ② ビタミンC ③ ビタミンD ④ ビタミンE	③
3	カナダ保健省が公開している健康に悪影響の無い1日のカフェインの摂取量の目安について、18歳未満で体重50kgの場合は125mgとなっています。カップ1杯(200ml)のカフェイン含有量が125mgを超えているものを、次のうちから1つ選んでください。	① コーヒー ② 紅茶 ③ 玉露 ④ 麦茶	③
4	納豆のネバネバ成分を構成するアミノ酸として、次のうちから最も適切なものを1つ選んでください。	① アスパラギン酸 ② グルタミン ③ グルタミン酸 ④ アスパラギン	③
5	収穫した後も成熟が続く果物(追熟型果実)に属しないものは次のうちどれでしょうか。最も適切なものを次のうちから1つ選んでください。	① バナナ ② アボカド ③ モモ ④ イチゴ	④
6	日本で初めて「食育」を提唱した福井市出身の石塚左玄。左玄は「春苦味、夏は酢の物、秋は〇味、冬は脂肪と合点して食え」と旬の食物の大切さを説いています。〇に入るものとして正しいものを次のうちから1つ選んでください。	① 甘 ② 辛 ③ 酸 ④ 塩	②
7	食材の保存方法として間違っているものはどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① トマト、なす、きゅうり、メロンは、5℃以下では低温障害が出るため、冷蔵温度に注意する。 ② スイカを冷蔵保存する場合は、切り口をラップで覆って野菜室で保管するとよい。 ③ じゃがいもとりんごを一緒に保存すると、りんごから出るエチレングスが作用し、じゃがいもの発芽が促される。 ④ トマトを冷蔵保存する場合、ヘタ部分を下にし、ペーパーに包んでポリ袋に入れるとよい。	③
8	タンパク質について正しいものはどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① 17歳男性の一日の推奨量は6gである。 ② 不足だけでなく、過剰摂取にも注意が必要で、過剰摂取により腎臓に負担がかかりやすくなる。 ③ タンパク質は人間の体の約70%を占める。 ④ 食事で摂取したタンパク質はタンパク質のまま腸で吸収されて様々な役割を発揮する。	②
9	アレルギー表示が推奨されている「特定原材料に準ずるもの」について、令和6年3月に追加された品目はどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① やまいも ② まったけ ③ カシューナッツ ④ マカダミアナッツ	④
10	コマをイメージして作成された『食事バランスガイド』について、正しい説明はどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① 果物は、コマを回すための「ヒモ」に位置付けられている。 ② 「どれだけ」食べるかの単位は、「つ(SV)」で数える。 ③ 「食事バランスガイド」は、健康な人だけでなく、糖尿病や高血圧などで医師や管理栄養士の指導を受けている人も対象としている。 ④ 主業をコマの軸とし、食事の中で欠かせない存在であることを強調している。	②

問 題		選 択 肢		解 答
11	アミノ酸について、次のうちから正しいものを1つ選んでください。	①	アミノ酸はたんぱく質の成分である。	①
		②	アミノ酸は炭水化物の成分である。	
		③	アミノ酸はビタミンの成分である。	
		④	アミノ酸はミネラルの成分である。	
12	カンピロバクターについて、次のうちから正しいものを1つ選んでください。	①	カンピロバクターは好気性菌である。	②
		②	カンピロバクターは微好気性菌である。	
		③	カンピロバクターは通性嫌気性菌である。	
		④	カンピロバクターは嫌気性菌である。	
13	果物の特徴について、次のうちから正しいものを1つ選んでください。	①	栄養成分は、カリウムに富んでいる。	①
		②	パパイヤのプロテアーゼは、糖を分解する。	
		③	夏みかんのペクチンは、マーメレードの糖化に必要な成分である。	
		④	缶詰のパイナップルには、肉をやわらかくする酵素が含まれている。	
14	だしの材料とうま味成分について、次のうちから正しい組み合わせを1つ選んでください。	①	カツオ節－グルタミン酸	②
		②	煮干し－イノシン酸	
		③	干ししいたけ－コハク酸	
		④	昆布－グアニル酸	
15	野菜の調理について、次のうちから正しいものを1つ選んでください。	①	サラダのドレッシングは食べる30分ほど前にかける。	③
		②	ほうれん草をゆでたあとは水にとらずにさます。	
		③	れんこんをゆでるとき湯に酢を入れると白く仕上がる。	
		④	緑黄色野菜を茹でるときは、ふたをする。	
16	かぼちゃ400gの煮物の甘味を砂糖だけでつけたいです。糖分6%にすると、砂糖の使用量で正しいものを次のうちから1つ選んでください。	①	大さじ1	④
		②	大さじ1と2/3杯	
		③	大さじ2と1/3杯	
		④	大さじ2と2/3杯	
17	炒め物について、誤っているものを次のうちから1つ選んでください。	①	ほうれん草の炒め物は、野菜の水気がでないように強火で炒める。	③
		②	炒め物に加えるねぎやしょうがなどの香味野菜は、最初に加えると香りが引き立つ。	
		③	もやしは、低温で長時間炒めると歯ざわりがよい。	
		④	材料は切り方や大きさをそろえておく。	
18	日本の伝統的な行事と料理について、次のうちから正しい組み合わせを1つ選んでください。	①	冬至－かぼちゃの煮物	①
		②	月見－こんにゃくの白あえ	
		③	節分－ちらしずし	
		④	大晦日－かしわもち	
19	果は何科にあたるでしょうか。次のうちから正しいものを1つ選んでください。	①	クルミ科	③
		②	クリ科	
		③	ブナ科	
		④	ビワ科	
20	花托を食べている品目ではないものはどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	イチジク	③
		②	イチゴ	
		③	サクランボ	
		④	リンゴ	

問 題		選 択 肢		解 答
21	主に食用とされる部位が他と異なるものはどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	コンニャクイモ	④
		②	ジャガイモ	
		③	サトイモ	
		④	やまのいも	
22	次のうち原料がマメ科のお茶はどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	ダージリンティー	②
		②	ルイボスティー	
		③	プーアル茶	
		④	玉露	
23	食べ物を意味する漢字の中で、仲間外れなものはどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	鰐梨	①
		②	高苺	
		③	甘藍	
		④	波稜草	
24	オーストラリアの羊肉の補助分類で、おもに生後1年から2年未満の羊で、1本か2本の永久門歯があるものを何というでしょうか。次のうちから正しいものを1つ選んでください。	①	ホゲット	①
		②	シェボン	
		③	ユー	
		④	オータムラム	
25	生きている牛の耳についている耳標でわからない情報はどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	出生した都道府県	④
		②	母親の個体識別番号	
		③	和牛ならその種別（黒毛和種か褐毛和種か日本短角種か）	
		④	去勢（雄）か雌か	
26	日本農林規格(JAS)によって定められた地鶏の条件として、誤っているものを次のうちから1つ選んでください。	①	ひな鶏は在来種由来の血液が50パーセント以上のもので、出生の証明ができているものを使用している。	③
		②	ふ化日から75日以上飼育している。	
		③	28日齢以降、農林水産省が定める飼料を給与している。	
		④	28日齢以降、平飼いをしており、1平方メートルあたり10羽以下で飼育している。	
27	うるち米は精白米で食べられることが多いです。精白米とは何から何を除いたものでしょうか。次のうちから正しいものを1つ選んでください。	①	玄米から胚芽を除いたもの	④
		②	玄米からぬか層を除いたもの	
		③	胚芽精米からぬか層を除いたもの	
		④	胚芽精米から胚芽を除いたもの	
28	令和4(2022)年度における我が国の米の供給熱量ベースの食料自給率はどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	70%	④
		②	80%	
		③	90%	
		④	99%	
29	さばで有名な製品で、魚を一本まるまる塩漬けやぬか漬ける工程を経て作られる発酵食品を何というでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	へしこ	①
		②	塩辛	
		③	アンチョビー	
		④	うるか	
30	コノワタとは、ある水産物の腸の塩蔵品ですが、その水産物とは何でしょうか。次のうちから1つ選んでください。	①	タコ	④
		②	ヒトデ	
		③	イカ	
		④	ナマコ	

問 題			選 択 肢	解 答
31	数の子とは何の魚の卵でしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	サケ トビウオ ニシン サバ	③
32	ワサビの辛味成分は、アリルイソチオシアネート（アリルからし油）ですが、これはワサビがすりおろされることによって、細胞内にあるシニグリンが「ある酵素」の働きから加水分解されて生成されます。「ある酵素」とは何でしょうか。正しいものを次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	リパーゼ ミロシナーゼ セルラーゼ マルターゼ	②
33	電子レンジを利用し食品を加熱する説明として適切なものを、次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	電流を流すと磁力線が発熱し、それにより食品を加熱する。 金属の箱の中で、内壁から放射伝熱と、天板から伝導熱、庫内の熱い空気や食品からの水蒸気の対流伝熱により食材が加熱される。 マイクロ波を食品に照射することにより、食品中の水が発熱して、食品が加熱される。 水蒸気を加熱し、食品を加熱する。	③
34	「健康日本21」によると成人1人あたりの野菜の摂取量は350g以上が望ましいとされているが、そのうち緑黄色野菜の目標摂取量は何グラムでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	100g 120g 140g 160g	②
35	食中毒予防のため、冷蔵庫の庫内温度は何℃以下に設定されているでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	10℃ 12℃ 15℃ 18℃	①
36	マヨネーズはどのような「卵の調理上の性質」を利用したものでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	熱凝固性 希釈性 起泡性 乳化性	④
37	体内で合成できないアミノ酸を必須アミノ酸というが、必須アミノ酸ではないアミノ酸はどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	リシン トレオニン アルギニン ヒスチジン	③
38	次の4つの食品群に関する記述について、正しいものを次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	第1群は、血や肉をつくる食品群である。 第2群は、からだの調子をよくする食品群である。 第3群は、さまざまな栄養素をバランスよく含む食品群である。 第4群は、エネルギー源となる食品群である。	④
39	健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」などの表示が許可されている食品はどれでしょうか。次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	特別用途食品 特定保健用食品 栄養機能食品 機能性表示食品	②
40	令和5年に厚生労働省が行った「国民健康・栄養調査」に関する記述について、正しいものを次のうちから1つ選んでください。	① ② ③ ④	女性の肥満者の割合は、この10年間で有意に増加している。 女性の生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合は、この10年間で有意に減少している。 食塩の摂取量は有意に増加している。 野菜の摂取量は有意に減少している。	④