

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7年度

# 調理師試験問題

## ◆ 受験の際の注意事項 ◆

- 1 試験問題は、15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 この試験問題の版権は、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

1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

→

1	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
---	----------------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

良い例 :

悪い例 :

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 市町村保健センタ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 市町村保健センターは、都道府県が設置する。
- 2 現在の設置数は、保健所の設置数より少ない。
- 3 所管事項には、食品衛生に関する事項が含まれる。
- 4 設置の根拠法令は、地域保健法である。

2 世界保健機関（WHO）憲章による健康の定義に取り上げられた要件として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 個人的
- 2 國際的
- 3 肉体的
- 4 経済的

3 人口動態統計において、1,000 人当たりで算出される統計として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 出生率
- 2 合計特殊出生率
- 3 死亡率（粗死亡率）
- 4 乳児死亡率

4 ウィルスを病原体とする感染症として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ペスト
- 2 コレラ
- 3 肝炎（A型、B型、C型）
- 4 腸チフス

5 本格的な長寿社会の到来に備えることを目的とした施策「第1次国民健康づくり対策」が開始された年として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 昭和 53（1978）年
- 2 昭和 63（1988）年
- 3 平成 12（2000）年
- 4 平成 25（2013）年

6 「国民健康・栄養調査（2002年までは国民栄養調査）」による、昭和25（1950）年から令和5（2023）年までの栄養素等摂取量の年次推移で減少しているものとして、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 エネルギー
- 2 動物性たんぱく質
- 3 脂質
- 4 カルシウム

7 長年にわたる望ましくない生活習慣などの蓄積により発症する生活習慣病として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 腸管出血性大腸菌感染症
- 2 重症急性呼吸器症候群
- 3 脳血管疾患
- 4 百日咳

8 四大公害病のうち、呼吸器系疾患の原因として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 二酸化硫黄
- 2 カドミウム
- 3 有機水銀
- 4 水酸化ナトリウム

9 健康増進法に規定される内容として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 厚生労働大臣による基本方針の策定
- 2 国民健康・栄養調査の実施
- 3 食事摂取基準の策定
- 4 食育推進基本計画の策定

10 調理師法の目的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 調理の業務に従事する者の資質を向上させる。
- 2 調理技術の合理的な発達を図る。
- 3 国民の食生活の向上に資する。
- 4 すべての調理師は、調理技術の審査（専門調理師試験）を受けなければならない。

# 食 品 学

11 「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 収載食品の食品群は、8 群に分類されている。
- 2 アミノ酸組成によるたんぱく質（g）が表示されている。
- 3 中性脂肪（g）が表示されている。
- 4 利用可能炭水化物（単糖当量）のエネルギー量は、1 g 当たり 1 kcal としている。

12 米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 米の第一制限アミノ酸は、スレオニン（トレオニン）である。
- 2 うるち米のでん粉は、アミロペクチン含量が約 8 割、アミロース含量が約 2 割で構成されている。
- 3 白玉粉は、うるち米を洗って水切りし、粉碎、乾燥したものである。
- 4 ビーフンは、もち米を原料として用いている。

13 野菜類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 野菜は、葉菜類、茎菜類、根菜類、果菜類、花菜類の 5 分類に分けられる。
- 2 キャベツは、緑黄色野菜に分類される。
- 3 なすは、低温障害を起こしやすいので、4 ℃ 前後で保存する。
- 4 たまねぎの刺激臭は、イソチオシアナート類による。

14 きのこ類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 乾しいたけのうま味成分は、主にグアニル酸である。
- 2 傘が全開で、肉厚が薄い乾しいたけを冬菇と呼ぶ。
- 3 主な食物繊維は、トレハロースである。
- 4 乾物で比較した場合、しいたけのビタミン D 含量は、きくらげより多い。

15 魚類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 背部の脂質含量は、腹部に比べて多い。
- 2 コラーゲンの含量は、食肉類に比べて多い。
- 3 白身魚は、沿岸に生息する魚に多い。
- 4 かんぱちは、ぶりの幼魚である。

16 しこう嗜好飲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 緑茶の渋味は、テアニンによる。
- 2 紅茶は、摘み取った茶葉を速やかに短時間で加熱処理して製造される。
- 3 コーヒーの苦味は、カフェインによる。
- 4 酒類とは、酒税法によりアルコール分 0.1 %以上の飲料を指す。

# 栄養学

17

「6つの基礎食品」に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 文部科学省から示された食品分類で、豊富に含まれる栄養素の特徴により分類したものである。
- 2 各群から基礎食品を上手に組み合わせると、栄養バランスの良い食事を摂ることができる。
- 3 緑黄色野菜は、第4群に分類される。
- 4 エネルギー源となる炭水化物は、第1群に分類される。

18

多糖類に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 セルロースは、ヒトの消化酵素で分解される。
- 2 アミロースは、ぶどう糖（グルコース）が枝分かれして鎖状に結合したでん粉である。
- 3 アミロペクチンは、主に肝臓と筋肉中に存在する。
- 4 でん粉が分解されると、最終的にぶどう糖（グルコース）となる。

19

脂質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 不飽和脂肪酸を多く含む油脂は、常温で固体である。
- 2 リノール酸は、食物から摂取しなければならない必須脂肪酸である。
- 3 コレステロールは、細胞膜やホルモンを作る材料となる。
- 4 脂溶性ビタミンの吸収に役立つ。

20

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 体内で1g当たり9kcalのエネルギーを発生する。
- 2 成分として、窒素を含んでいる。
- 3 ヘモグロビンは、単純たんぱく質である。
- 4 食品たんぱく質の栄養価は、可欠アミノ酸（非必須アミノ酸）の種類と量で決まる。

21

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  $\beta$ -カロテンは、体内でビタミンAに変換される。
- 2 ビタミンB<sub>2</sub>が欠乏すると、脚気を発症する。
- 3 ビタミンEは、カルシウムの腸管吸収を促進する。
- 4 葉酸は、脂溶性ビタミンである。

22 カルシウムに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 カルシウムは、微量ミネラルに分類される。
- 2 腸管でのカルシウムの吸収率は、牛乳・乳製品より野菜の方が高い。
- 3 体内のカルシウムの約 50 %が、骨や歯に含まれる。
- 4 血中カルシウム濃度が低下すると、骨からのカルシウム溶出は増加する。

23 消化と吸収に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 口腔内でアミラーゼが分泌され、でん粉が分解される。
- 2 たんぱく質の消化には、胆汁が必要である。
- 3 胆汁は、腎臓で作られる。
- 4 栄養素の吸収は、主に大腸で行われる。

24 ライフステージの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 妊娠初期には、胎児の神経管閉鎖障害の発症リスクを低減するために、葉酸の摂取を控える。
- 2 幼児期は、3食では不足する栄養素を間食により補う。
- 3 学童期・思春期に見られる貧血は、鉄欠乏性貧血が多い。
- 4 高齢期は、口渴感が鈍くなり脱水症状を起こしやすいため、水分を十分に補給する。

25 血糖値とその調節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 血糖値は、血液中のグルコース濃度のことである。
- 2 健常者の血糖値は、食後約 2 時間以降で最高値になる。
- 3 インスリンは、血糖値を低下させる。
- 4 インスリンは、<sup>すいぞう</sup>臍臓から分泌される。

# 食品衛生学

26 食品衛生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 飲食に起因する衛生上の危害の発生を防止し、国民の健康の保護を図ることを目的としている。
- 2 食品添加物として指定されていないものは、使用が禁止されている。
- 3 食品には、医薬部外品が含まれる。
- 4 食中毒の患者を診断した医師は、直ちに最寄りの保健所長に届け出なければならない。

27 消費期限を表示する必要のある食品として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 カップめん
- 2 砂糖
- 3 木綿豆腐
- 4 バター

28 細菌が増殖するために欠かせない条件として、誤っているものを一つ選びなさい。

- 1 酸素
- 2 栄養素
- 3 水分
- 4 温度

29 カンピロバクターに関する記述で、  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。

『グラム陰性のらせん菌で、A的条件でのみ発育し、芽胞は形成せず、保菌率はBが高い。』

- |   | A    | B      |
|---|------|--------|
| 1 | 喜好気  | —— 魚介類 |
| 2 | 喜好気  | —— 鶏肉  |
| 3 | 通性嫌気 | —— 魚介類 |
| 4 | 通性嫌気 | —— 鶏肉  |

30 黄色ブドウ球菌とその食中毒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 潜伏期間は、2~3日程度である。
- 2 エンテロトキシンを产生する。
- 3 原因食品の一つに、生菓子がある。
- 4 人の鼻腔内や傷口、化膿巣に存在している。  
ひくうない かのうそう

31 「大量調理施設衛生管理マニュアル」における器具等とその殺菌方法の組み合わせとして、誤っているものを一つ選びなさい。

《器具等》

《殺菌方法》

- 1 包丁 —— 80 ℃で5分間以上の加熱
- 2 ふきん —— 100 ℃で5分間以上の煮沸
- 3 調理台 —— 50 %アルコールの噴霧
- 4 へら —— 80 ℃で5分間以上の加熱

32 「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の方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 野菜の洗浄は、非汚染作業区域で行う。
- 2 生の食肉とサラダの材料は、同じ容器で保管する。
- 3 非加熱調理食品は、下処理後に提供までその場で保管する。
- 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。

33 食品衛生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 規制の対象となる範囲には、食品のほか、乳幼児用おもちゃ、容器包装及び医薬品も含まれる。
- 2 食品等事業者は、販売食品等の自主検査の実施に努めなければならない。
- 3 飲食店などの営業の許可が必要な施設を営もうとする者は、厚生労働大臣の許可を受けなければならない。
- 4 飲食店などの営業許可施設の基準は、厚生労働大臣が定める。

**34** 食品に使用する際に、物質名に加えて用途名を併記して表示しなければならない食品添加物として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 甘味料
- 2 殺菌料
- 3 香料
- 4 酸味料

**35** アニサキスとその食中毒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 さば、あじ、いかなどに寄生する。
- 2 主な症状は、腹痛や嘔吐である。
- 3 ショウゆ、わさびにより死滅する。
- 4 目視でアニサキスを確認する際には、ブラックライトを照射することも有効である。

**36** ノロウイルス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 ノロウイルスを完全に不活化するには、消毒用アルコールが有効である。
- 2 回復して1週間が経過した患者の糞便から、ノロウイルスが検出されることがある。
- 3 食中毒を予防するため、食品は、中心温度60℃で60秒加熱する。
- 4 パンや乾物は、原因食品とはならない。

**37** ウエルシュ菌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 潜伏期間は、1~3日である。
- 2 食品を再加熱することにより、食中毒の発生を防ぐことができる。
- 3 1事件当たりの患者数は少なく、大規模な食中毒にはならない。
- 4 原因食品は、加熱調理後にそのまま室温で放置されたものが多い。

38 「大量調理施設衛生管理マニュアル」における検食に関する記述で、  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。

『検食は、原材料及び調理済み食品を食品ごとに 50 g 程度ずつ清潔な容器（ビニール袋等）に入れ、密封し、A 以下で B 以上保存すること。』

- |          |        |
|----------|--------|
| A        | B      |
| 1 -15 °C | —— 1週間 |
| 2 -15 °C | —— 2週間 |
| 3 -20 °C | —— 1週間 |
| 4 -20 °C | —— 2週間 |

39 食物アレルギー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 主な原因物質（アレルゲン）は、脂質である。
- 2 症状は、<sup>ましん</sup>じん麻疹などの皮膚症状のほか、消化器・循環器症状など広範囲に及ぶ。
- 3 令和 7（2025）年 4 月 1 日現在、表示義務のある特定原材料は、8 品目である。
- 4 特定原材料は、症例数や重篤度を踏まえて定められている。

40 ふぐ毒とその中毒症状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 症状は、<sup>まひ</sup>感覚麻痺や呼吸困難などで、重篤な場合は死に至る。
- 2 毒は、卵巣や肝臓に多い。
- 3 ふぐの種類や季節によって、毒の強さに差はみられない。
- 4 熱に強く、煮沸しても無毒にならない。

# 調理理論

41 調理の意義・目的に関する記述で、□に入る語句の組み合わせとして、最も適当なものを一つ選びなさい。

『調理とは、食品のAを高め、Bな食べ物とし、Cを向上させ、食文化を理解・継承することである。』

- |   | A    | B  | C                      |
|---|------|----|------------------------|
| 1 | 保存性  | 安全 | 刺激性                    |
| 2 | 保存性  | 珍味 | 嗜好性 <small>しこう</small> |
| 3 | 栄養効率 | 安全 | 嗜好性                    |
| 4 | 栄養効率 | 珍味 | 刺激性                    |

42 常圧下における加熱調理操作に関する記述で、□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。

『「蒸す」は、比較的Aで均一な加熱が特徴のB加熱である。』

- |   | A  | B  |
|---|----|----|
| 1 | 低温 | 乾式 |
| 2 | 低温 | 湿式 |
| 3 | 高温 | 乾式 |
| 4 | 高温 | 湿式 |

43 非加熱調理操作の「切る（切碎）」による食品の状態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 歯ざわりには影響しない。
- 2 表面積が増大し、調味料の浸透が促進される。
- 3 加熱時の熱伝導が遅くなる。
- 4 外観が乱雑になる。

44 家庭の食事や学校給食における献立作成の基本的な考え方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 主食、主菜、副菜の各要素を適切な割合で組み合わせる。
- 2 高カロリー食材を中心に構成する。
- 3 同種の食材を重複して使用する。
- 4 年間で同一な食品構成とする。

45 鶏卵の加熱と固ま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 卵白は、60 °C前後から凝固し始めて80 °C以上で完全に凝固する。
- 2 卵黄は、卵白より低い温度で凝固し始める。
- 3 たんぱく質の分解により、凝固する。
- 4 卵黄の流動性が高まり、形態が崩れる。

46 小麦粉調理のバッターに関する記述で、□に入る語句の組み合わせとして、最も適当なものを一つ選びなさい。

『バッターの攪拌において、□A□の過剰な形成を防ぎ、柔らかい仕上がりにするため、材料が均一に混ざったら、□B□攪拌を止める。』

A B

- |         |    |     |
|---------|----|-----|
| 1 グロブリン | —— | 直ちに |
| 2 グロブリン | —— | 徐々に |
| 3 グルテン  | —— | 直ちに |
| 4 グルテン  | —— | 徐々に |

47 煮物の大量調理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 全材料を一度に煮る。
- 2 常に強火で加熱する。
- 3 煮くずれを防ぐために、材料に火が完全に通った後に調味料を加える。
- 4 火が通りにくい食品は、あらかじめ下茹でする。

48 オーブン調理における食品の加熱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 放射熱のみを利用する。
- 2 食品に直接火があたる。
- 3 熱せられた空気の対流によって熱が伝わる。
- 4 オーブン庫壁からの熱伝導に依存する。

49 わさびに関する記述で、□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。

『わさびは、細胞内の□Aが酵素により辛味成分を発現させるが、細胞を細かく壊すために、すりおろす時は、目の□Bおろし器を用いるとよい。』

A B

- |          |    |     |
|----------|----|-----|
| 1 カプサイシン | —— | 細かい |
| 2 カプサイシン | —— | 粗い  |
| 3 シニグリン  | —— | 細かい |
| 4 シニグリン  | —— | 粗い  |

50 エマルション（乳濁液）の性質を示す食品として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 牛乳
- 2 みそ汁
- 3 果汁（ジュース）
- 4 ピューレー

51 食べ物のおいしさを構成する要因とその分類の組み合わせとして、最も適当なものを一つ選びなさい。

《要因》 《分類》

- |            |    |       |
|------------|----|-------|
| 1 甘味、苦味、香り | —— | 化学的要因 |
| 2 食欲、健康状態  | —— | 物理的要因 |
| 3 感情、緊張    | —— | 生理的要因 |
| 4 テクスチャー、音 | —— | 心理的要因 |

52 みりんに関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 本みりんの甘味の主成分は、果糖である。
- 2 煮物に本みりんを使用すると、煮くずれを防ぐ効果がある。
- 3 みりん風調味料は、本みりんから事前にアルコールを除去した煮切りみりんである。
- 4 みりん風調味料では、調理後の食材の「照り」や「つや」が得られない。

53 調理機器・器具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 電磁（IH）調理器の熱効率は、ガスや電気コンロより低い。
- 2 魚をおろすときは、薄刃包丁が使われる。
- 3 冷蔵庫のチルド室の庫内温度は、5 °C前後である。
- 4 銅鍋は、ステンレス鍋より熱伝導率が高い。

54 砂糖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 でん粉の老化を促進する。
- 2 たんぱく質の熱凝固を抑制する。
- 3 食品の保存性を弱める。
- 4 寒天ゲルの離<sup>り</sup>漿<sup>しょう</sup>を促進する。

55 小麦粉生地の加水に関する記述について、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 ドウは、小麦粉に20 %程度の水を加えたものである。
- 2 バッターは、小麦粉に重量の10倍程度の水を加えたものである。
- 3 卵の換水値は、水を1とした場合、0.5である。
- 4 中華麺が黄色くなるのは、加える「かん水」がアルカリ性のためである。

56 日本の年中行事とその行事食の組み合わせとして、最も適当なものを一つ選びなさい。

《年中行事》      《行事食》

- |         |      |       |
|---------|------|-------|
| 1 節分    | ———— | 太巻きずし |
| 2 上巳の節句 | ——   | ちまき   |
| 3 七夕の節句 | ——   | うどん   |
| 4 冬至    | ———— | 七草がゆ  |

# 食文化概論

57 日本の料理様式に関する記述で、□に入る語句として、正しいものを一つ選びなさい。

『□は、江戸時代に中国から長崎に伝わり、オランダの料理の影響を受けながら形を成した和洋中の折衷料理である。』

- 1 本膳料理
- 2 普茶料理
- 3 懐石料理
- 4 しつぼく卓袱料理

58 イタリア料理の献立構成の中の「アンティパストantipasto」として、正しいものを一つ選びなさい。

- 1 第一の皿（パスタ、リゾットなど）
- 2 第二の皿（肉や魚介を使った料理）
- 3 前菜
- 4 食前酒

59 地球温暖化の影響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 海面水位が下降する。
- 2 地球の生態系が変化する。
- 3 穀物の収穫量が増減する。
- 4 感染症の媒介生物の分布が変化する。

60 都道府県とその郷土料理の組み合わせとして、誤っているものを一つ選びなさい。

《都道府県》      《郷土料理》

- |       |    |         |
|-------|----|---------|
| 1 岩手県 | —— | ひつつみ    |
| 2 福井県 | —— | ふなずし    |
| 3 熊本県 | —— | からしひんこん |
| 4 茨城県 | —— | あんこう鍋   |