

食べ物と健康

大項目	中項目	小項目	
1 人と食べ物	A 食文化と生活	a 食文化とその歴史の変遷	
		b 食生活の時代的变化	
		c 食物連鎖	
		d 食嗜好の形成	
	B 食料と環境問題	a フードマイレージの低減	
		b 食料生産と食料自給率	
		c 地産地消	
		d 食べ残し・食品廃棄の低減	
2 食品の分類, 成分及び物性	A 分類の種類	a 生産様式による分類	
		b 原料による分類	
		c 主要栄養素による分類	
		d 食習慣による分類	
		e その他の分類	
	B 植物性食品の分類と成分	a 穀類	
		b いも及びでん粉類	
		c 砂糖及び甘味類	
		d 豆類	
		e 種実類	
		f 野菜類	
		g 果実類	
		h きのこと類	
		i 藻類	
	C 動物性食品の分類と成分	a 肉類	
		b 魚介類	
		c 乳類	
		d 卵類	
	D 油脂類, 調味料及び香辛料類, 嗜好飲料類の分類と成分	a 油脂類	
		b 調味料及び香辛料	
		c 嗜好飲料類	
	E 食品の物性	a コロイド; エマルション, ゾル・ゲル	
		b レオロジー; 非ニュートン流動	
	3 食品の機能	A 一次機能	a たんぱく質
			b 炭水化物; 糖質, 食物繊維
			c 脂質
			d ビタミン
			e ミネラル
f 水			
B 二次機能		a 色素成分	
		b 呈味成分	
		c 香気・におい成分	
		d テクスチャー	
C 三次機能		a 消化管内で作用する機能	
		b 消化管吸収後の標的組織での生理機能調節	
		c 保健機能食品の成分と機能	

食べ物と健康

大項目	中項目	小項目
4 食品の安全性	A 食品衛生と法規	a リスク分析；リスク評価， リスク管理， リスクコミュニケーション
		b 食品安全基本法と食品衛生法
		c 食品衛生関連法規
		d 食品衛生行政組織
		e 国際機関；世界保健機関（WHO）， 国連食糧農業機関（FAO）， コーデックス委員会（CAC）
	B 食品の変質	a 微生物による変質；腐敗
		b 化学的変質；油脂の酸敗
		c 変質の防止法
		d 鮮度・腐敗・酸敗の判定法
	C 食中毒	a 食中毒の定義
		b 食中毒の発生状況
		c 細菌性食中毒
		d ウイルス性食中毒
		e 自然毒食中毒
		f 化学性食中毒
	D 食品による感染症・寄生虫症	a 経口感染症
		b 人畜共通感染症
		c 食品から感染する寄生虫症
	E 食品中の有害物質	a かび毒（マイコトキシン）
		b 化学物質
		c 有害元素・放射性物質
		d 食品成分の変化により生ずる有害物質
		e 混入異物
		f 残留農薬；ポジティブリスト制
	F 食品添加物	a 食品添加物の役割
		b 安全性評価；毒性試験， 無毒性量（NOAEL）， 一日摂取許容量（ADI）， 使用基準
		c 食品衛生法による分類と表示
		d 種類と用途
G 食品の安全性に関するその他の物質	a トランス脂肪酸	
	b BSE；プリオン	
	c 環境ホルモン	
H 食品衛生管理	a HACCCの概念	
	b 食品工場における一般衛生管理事項	
	c 家庭における衛生管理	
	d 国際標準化機構（ISO）	
5 食品の表示と規格基準	A 食品表示制度	a 食品表示法
		b その他の法律；健康増進法， 食品衛生法， JA法， 景品表示法
	B 食品の表示方法	a 栄養表示；栄養成分表示， 栄養強調表示
		b 食品安全確保の表示；保存方法， 遺伝子組換え食品， アレルゲン
		c 品質表示；原料・原産地表示， 原材料名， 賞味・消費期限
	C 食品の規格基準	a 成分規格
		b 製造・加工・調理基準
		c 保存基準

食べ物と健康

大項目	中項目	小項目		
	D 特別用途食品・保健機能食品の規格基準と表示	a 特別用途食品；病者用食品，妊産婦・授乳婦用粉乳，乳児用調製乳，えん下困難者用食品		
		b 特定保健用食品；個別許可型，規格基準型，疾病リスク低減表示，条件付き特定保健用食品		
		c 栄養機能食品		
		d 機能性表示食品		
		e 虚偽・誇大広告などの禁止		
	E 器具・容器包装の規格基準と表示	a 器具・容器包装の安全性の規格基準；ガラス，陶磁器，ホウロウ，プラスチック製品		
		b 表示；識別表示，識別マーク		
		6 食品の生産・加工・保存・流通と栄養	A 食料生産と栄養	a 生産条件；場所，季節，栽培条件と栄養
			B 食品加工と栄養，加工食品とその利用	a 食品加工の意義・目的食
				b 食品加工の方法
c 食品加工に伴う食品・栄養成分の変化				
d 食品成分間反応				
e 農産加工食品とその利用				
f 畜産加工食品とその利用				
g 水産加工食品とその利用				
h 油脂，調味料，嗜好飲料とその利用				
i 微生物利用食品とその利用				
j 冷凍食品，インスタント食品，レトルトパウチ食品とその利用				
C 食品流通・保存と栄養	a 食品流通の概略			
	b 食品保存の方法			
	c 流通環境と食品・栄養成分変化；温度，光，気相			
	d 保存条件と食品・栄養成分変化；水分活性，保存による変化，食品成分間反応			
D 器具と容器包装	a 材料及び形態			
	b 包装による成分及び品質変化			
	c 素材による環境汚染			
7 食事設計と栄養・調理	A 食事設計の基礎	a 食事設計の意義・内容		
		b 嗜好性の主観的評価・客観的評価		
	B 調理の基本	a 調理の意義		
		b 非加熱・加熱調理操作の原理		
		c 熱の伝わり方と効率的な加熱条件		
		d 代表的な調理器具の使用法		
		e 代表的な調理操作		
		f 食品の特徴に応じた調理の特性		
	C 調理操作と栄養	a 調理操作による食品の組織・物性と栄養成分の変化		
		b 調理による栄養学的・機能的利点		
	D 献立作成	a 献立作成条件と手順		
		b 供食，食卓構成，食事環境		
	E 日本食品標準成分表の理解	a 食品成分表の構成と内容		
		b 食品成分表利用上の注意点		