

衛生① モーニングテスト

目標は「満点」。10分間しっかり集中して解答してください。
問題数は50問。時間内で解答できる題数として考えています。
最後は「確かなことの繰り返し！」。

■ 栄養素

- 問1 食事摂取基準(2015年版)の栄養素の指標のうち、【1.推定平均必要量 2.推奨量 3.目安量 4.目標量 5.耐容上限量】は、生活習慣病の予防のために現在の日本人が当面の目標とすべき摂取量を示す。
- 問2 食事摂取基準(2015年版)の栄養素の指標のうち、【1.推定平均必要量 2.推奨量 3.目安量 4.目標量 5.耐容上限量】は、過剰摂取による健康障害を起こすことのない栄養素摂取量の最大限の量である。

■ 食中毒

- 問3 *Staphylococcus aureus*による食中毒の主症状は、【1.激しい下痢 2.激しい嘔吐】である。
- 問4 *Staphylococcus aureus*による食中毒の原因毒素は、【1.耐熱性である 2.加熱により無毒化される】。
- 問5 *Clostridium botulinum*が産生する毒素は【1.耐熱性である 2.加熱調理により無毒化される】。
- 問6 *Clostridium botulinum*による食中毒は、食品を真空包装することによって【1.予防できる 2.予防できない】。
- 問7 海産魚介類が原因食品になりやすい *Vibrio parahaemolyticus*は、【1.海水中 2.淡水中】で溶菌しやすい。
- 問8 *Salmonella*属の細菌による食中毒は、【1.鶏卵や食肉など 2.海産魚介類】により引き起こされる。
- 問9 *Campylobacter jejuni*による食中毒は、【1.鶏肉などの肉類 2.海産魚介類】により引き起こされることが多く、4℃でも長期間生存するため冷蔵庫の過信は禁物である。
- 問10 *Clostridium perfringens*は、食中毒以外にガス壊疽の原因にもなるが、和名は【1.ボツリヌス菌 2.黄色ブドウ球菌 3.ウェルシュ菌】である。
- 問11 腸管出血性大腸菌 O157による下痢症は、【1.食品中 2.腸管内】で産生されたベロ毒素による。
- 問12 腸管出血性大腸菌 O157の毒素遺伝子は、【1.コレラ菌 2.赤痢菌】の毒素遺伝子と相同性が高い。
- 問13 ノロウイルスの消毒には、【1.エタノールや逆性石鹼 2.次亜塩素酸ナトリウムや加熱】が有効。

【動物性自然毒】

- 問14 テトロドトキシンは、【1.耐熱性である 2.加熱調理により無毒化される】。
- 問15 テトロドトキシンは、【1.海洋細菌 2.フグ】が産生する毒素である。
- 問16 サキシトキシンは、ホタテガイの中腸腺に蓄積・濃縮される【1.麻痺 2.下痢】性の毒素である。
- 問17 ドライアイスセンセーションを起こすシガテラは【1.二枚貝 2.南洋の魚 3.毒キノコ】による食中毒である。

【植物性自然毒】

- 問18 青酸配糖体のアミグダリンは青梅やアンズの種子に含まれており、【1.β-グルクロニダーゼ 2.シトクロム P450 3.β-グルコシダーゼ】の作用で生成したシアンが毒性を示す。
- 問19 ジャガイモの発芽部位に含まれる有毒成分ソラニンやチャコニンは、【1.ジャガイモを焼く・煮る等の加熱調理により分解され無毒化される 2.耐熱性である】。
- 問20 アコニチンは、主に【1.神経毒 2.溶血毒】として作用する。

【真菌性食中毒】

- 問21 マイコトキシンを産生するカビは、主として【1.タンパク質に富む動物性食品 2.炭水化物に富む植物性食品】中で生育する。
- 問22 アフラトキシンは【1. *Aspergillus* 2. *Penicillium* 3. *Claviceps* 4. *Fusarium*】属のカビが産生するマイコトキシンの一種で、強い肝毒性及び発癌性を有する。
- 問23 【1. *Aspergillus* 2. *Penicillium* 3. *Claviceps* 4. *Fusarium*】属の産生するステリグマトシスチンには発癌性がある。