食品加工技能検定指導書
(六訂版)

平成 31 年 4 月
広島県教育委員会

食品加工技能検定〈調理（おにぎり）〉指導書

制限時間：３０分

作業項目	作業内容		補足事項
審査員に呼ばれて準備開始	･衛生的な服装で作業をする。 ･審査員に「〇番△△さん」と言われたら返事をする。 ･審査員に「爪を見せてください。」と言われたら爪を見せる。 ･審査員に「準備を始めてください。」と言われたら「はい。」と返事をして準備を始める。 ･マスクを着用する。 ･ネット帽子を着用し，ネットの中に髪の毛を入れる。 ･上着を着用する。 ･ローラーがけをする。		･衛生的な服装は必須条件とします。 【禁止事項】 長い爪，伸びたひげ（剃り残しも），マニキュア，腕時計，指輪･ピアス等のアクセサリー，香水，派手な化粧 ･手の平から指を見た時に指から爪がはみ出ていたら長い爪と判断します。 ･マスクは鼻まで覆います。 ･髪の毛が付着しないため，最初にマスクを着用してからネット帽子を着用します。 ･ネット帽子の中に髪の毛を入れようとしていることが大切です。 ･ローラーは全身にかけることが大切です。 ･鏡で服装をチェックさせましょう。
審査員に作業開始を伝える	①所定の場所に立ち，適切な大きさの声及び態度で「準備ができました。」と報告する。 ③「〇〇特別支援学校△△□□(氏名）です。始めます。」と伝える。		②審査員の「はじめてください。」の言葉掛けで作業を始めます。 （時間計測の開始） ･審査員の言葉掛けには「はい。」と返事をさせましょう。
手洗い	･【手洗いの手順】により，手を洗う。 ･ペーパータオルで水気がなくなるまでしっかり拭く。 ･アルコール消毒液をかけ，手に擦りこむ。		【手洗いの手順】 上着の袖を肘上までしっかり上げます。 ※上着から下の服が出ると減点対象となります。 ①最初に20秒以上流水で予備洗浄 ②手洗い用石鹸液をつける ③十分に泡立てる ④手の平と甲→指の間→親指の付け根→指先→手首（各部位を5回程度） ※検定の際は，順番は問わない。 ⑤ 肘まで ⑥ 爪ブラシで爪の間を洗う ⑦ 流水で20秒程度よくすすぐ （手洗い資料：「学校給食調理場における手洗いマニュアル」参照） ･ペーパータオルは，三角コーナーに捨てます。 ･ペーパータオルで水気がなくなるまで拭きます。 【消毒液の擦りこみ】 手の平と甲→指の間→親指の付け根→指先→手首（手洗いと同じ順番） （各部位によく擦りこむ） ･アルコール消毒の効果が発揮されるよう，ペーパータオルで水分をしっかり拭き取ります。
見本の確認	･パック詰めされているおにぎりとたくあんの盛り付けを見本で確認する。		※評価はしません。

材料・調理道具の準備	・材料を準備する。 ・調理道具を準備する。		※準備台の配置は，P7～P8を参考にしてください。 ※ビニル手袋は，箱ごと又は，一双をバットの中に入れて試技台に移動させる。 ・自分で必要物を選択してそろえます。 【必要な材料・道具】 ざる　1個 ボウル　2個 米　1合 パック　1枚 バラン　1枚 たくあん（5ミリの輪切り2枚） 輪ゴム　1本 ビニル手袋（S，M，Lの中から自分のサイズに合ったもの） 水切りかご 布巾（白1枚，黄2枚） 炊飯器 ペーパータオル（必要に応じて試技台へ移動させる）
米を研ぐ	・炊飯器から内釜を出す。 ・ざるとボウルを重ねて，その中に米一合を入れる。 ・軽くかき混ぜながら3～4回水をかえて洗う。		・技能検定では，水をかえる回数は3回を評価基準としています。
炊飯器で炊く	・ざるに上げた米を内釜に入れる。 ・決まった分量の水を目盛まで入れる。 ・内釜を炊飯器にセットし，蓋をしめる。 ・「セットできました」と報告する。		・セットされた後，審査員が炊飯器を下げ，ご飯を台の上に置きます。 ※内釜を炊飯器に入れたまま試技を行っても減点にならない。
パック・手水の準備	・パックを準備する。 ・ボウルに水を入れ手水の準備をする。 ・審査員から200gのご飯を受け取る。		・ご飯200gは，おにぎり1個100g×2個の分量です。 注：1合を炊くとおよそ360gほどになります。そのまま二等分して全部を握るとパック詰めしたときあふれてしまうので，量を200gにします。 ・検定では，炊飯器にスイッチを入れません。受検者が「セットできました」と報告し，係員が炊飯器を下げ，温めたご飯を試技台に置きます。
ビニル手袋をはめる	・ビニル手袋は正しくはめる。 ・ビニル手袋をはめた後は，食品を衛生的に扱うため，ご飯以外は触らない。		

おにぎりを作る	･手水を付け，2個のおにぎりを，同じくらいの大きさ･形になるように作る。		･配られたご飯は，目分量で半分に分けて握ります。 ･2個のおにぎりは，大きさ･形が同じになるようにします。
おにぎりをパックに入れる	･作ったおにぎり，バラン，たくあん2枚を見本のとおりにパック詰めする。		
ビニル手袋をはずす	･ビニル手袋をはずす。 ･ビニル手袋を三角コーナーに捨てる。		
パックに輪ゴムをかける	･パックの蓋を閉めて，パックの中央に輪ゴムを1本かける。 ･パック詰めしたおにぎりを指定された場所に置く。		･完成品は，見本の隣に置きます。
後片付け	･流水で調理道具を軽く洗う。 ･洗剤を適量スポンジに付ける。 ･調理道具をスポンジで洗う。 ･道具を入れていたバットを洗う。 ･泡が残らないようにすすぐ。 ･白布巾で道具を拭く。 ･所定の場所に片付ける。 ･シンクをきれいに流す。 ･排水口にたまった残飯を取り，三角コーナーに捨てる。 ･ぬらした黄色台布巾で調理台とシンクを拭く。 ･乾いた黄色台布巾で調理台とシンクを拭く。	 	※次のことに留意させましょう。 ･スポンジに洗剤をつけすぎないようにしましょう。 ･泡が残っていないか ･水気が切れているか ･見本と完成品を入れたバットは，準備台に片付け，試技台の上には何も残らないようにします。 ･道具を拭く布巾は，白色布巾を使います。 ･台拭きは黄色布巾を使います。 ･濡れた黄色布巾で調理台とシンクを拭きます。 ･乾いた黄色布巾で調理台とシンクを拭きます。 ※布巾の使い分けについては，技能検定での評価対象となります。正しく身に付けさせましょう。 ※排水口については形態が会場によって異なるため，検定会場によって状況判断を行います。 ･炊飯器の片付けは，審査員等が行います。（安全のため）
審査員に作業終了を報告する	･待機場所にもどる。 ･適切な声の大きさ及び態度で報告する。 「終わりました。」		（時間計測の終了）

食品加工技能検定〈技術（ポテトサラダ）〉指導書

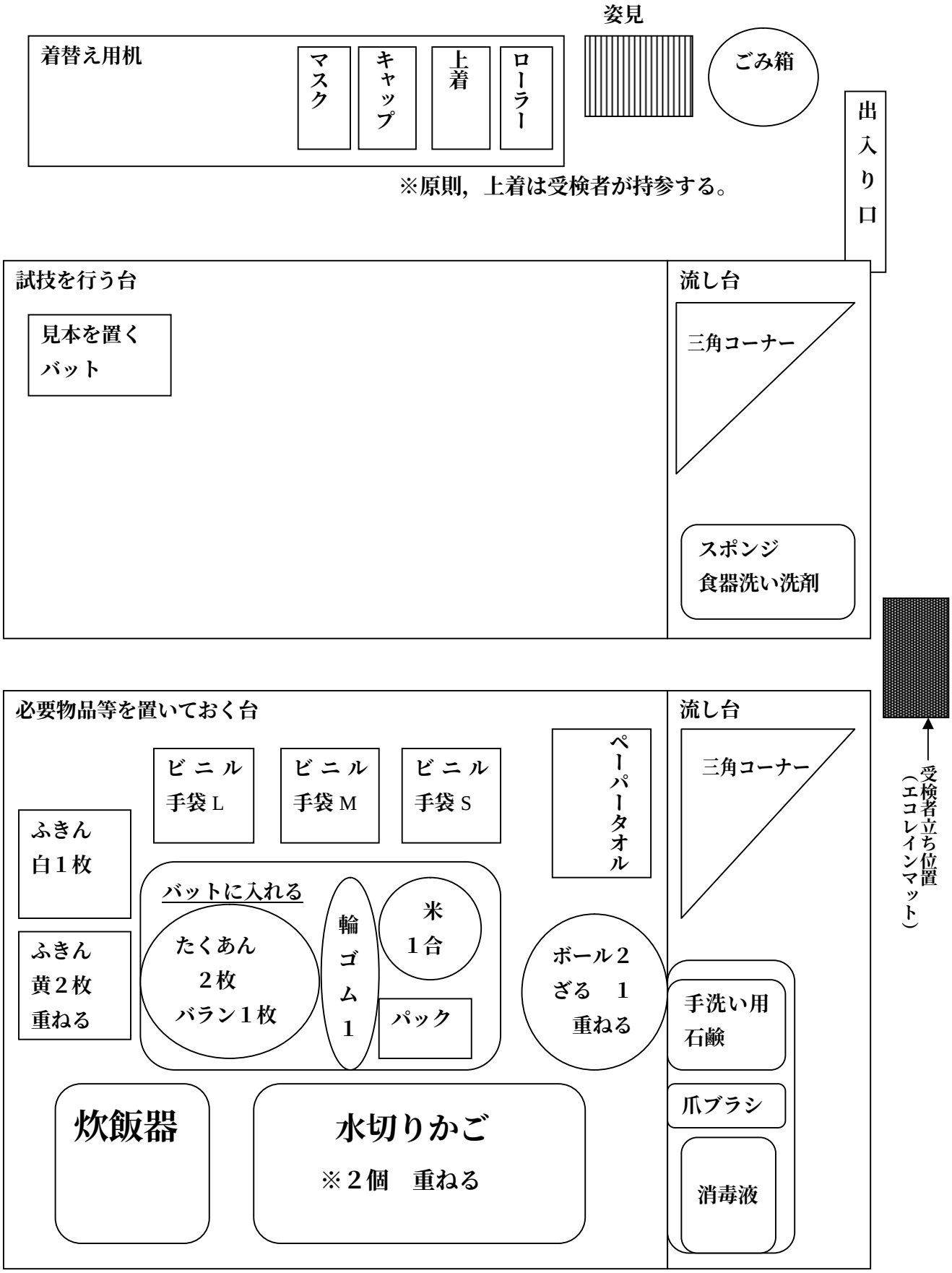
制限時間：３０分

作業項目	作業内容		補足事項
審査員に呼ばれて準備開始	･衛生的な服装で作業をする。 ･審査員に「〇番△△さん」と言われたら返事をする。 ･審査員に「爪を見せてください。」と言われたら爪を見せる。 ･審査員に「準備を始めてください。」と言われたら「はい。」と返事をして準備を始める。 ･マスクを着用する。 ･ネット帽子を着用し，ネットの中に髪の毛を入れる。 ･上着を着用する。 ･ローラーがけをする。		･衛生的な服装は必須条件とします。 【禁止事項】 長い爪，伸びたひげ（剃り残しも），マニキュア，腕時計，指輪･ピアス等のアクセサリー，香水，派手な化粧 ･手の平から指を見た時に指から爪がはみ出ていたら長い爪と判断します。 ･マスクは鼻まで覆います。 ･髪の毛が付着しないため，最初にマスクを着用してからネット帽子を着用します。 ･ネット帽子の中に髪の毛を入れようとしていることが大切です。 ･ローラーは全身にかけることが大切です。 ･鏡で服装をチェックさせましょう。
審査員に作業開始を伝える	①所定の場所に立ち，適切な大きさの声及び態度で「準備ができました。」と報告する。 ③「〇〇特別支援学校△△□□(氏名)です。始めます。」と伝える。		②審査員の「はじめてください。」の言葉掛けで作業を始めます。 （時間計測の開始） ･審査員の言葉掛けには「はい。」と返事をさせましょう。
手洗い	･【手洗いの手順】により，手を洗う。 ･ペーパータオルで水気がなくなるまでしっかり拭く。 ･アルコール消毒液をかけ，手に擦りこむ。		【手洗いの手順】 上着の袖を肘上までしっかり上げます。 ※上着から下の服が出ると減点対象となります。 ①最初に20秒以上流水で予備洗浄 ②手洗い用石鹸液をつける ③十分に泡立てる ④手の平と甲→指の間→親指の付け根→指先→手首（各部位を5回程度） ※検定の際は，順番は問わない。 ⑤ 肘まで ⑥ 爪ブラシで爪の間を洗う ⑦ 流水で20秒程度よくすすぐ （手洗い資料：「学校給食調理場における手洗いマニュアル」参照） ･ペーパータオルは，三角コーナーに捨てます。 ･ペーパータオルで水気がなくなるまで拭きます。 【消毒液の擦りこみ】 手の平と甲→指の間→親指の付け根→指先→手首（手洗いと同じ順番） （各部位によく擦りこむ） ･アルコール消毒の効果が発揮されるよう，ペーパータオルで水分をしっかり拭き取ります。
材料･調理道具の準備	･材料を準備する。 ･調理道具を準備する。		※見本はバットに入れたまま作業台に移動させます。 l※準備台の配置は，別紙を参考にしてください。 ※ビニル手袋は，箱ごと又は一双をバットの中に入れて試技台に移動させます。 ※きゅうりを洗う前に，まな板･包丁を試技台に準備しましょう。 ･自分で必要物を選択してそろえます。 【必要な材料･道具】 まな板　1個 包丁　1本 きゅうり　1/2本（へた付で長さ約10～11cm） はかり（デジタル）　1個 ざる　1個 ボウル（ざるが入るもの）　1個 ポテト 塩 菜箸　1膳 パック　1枚 輪ゴム　1本 ビニル手袋（S，M，Lの中から自分のサイズに合ったもの） お盆 水切りかご 布巾（白1枚，黄2枚） スプーン　1個（使用する人のみ） ペーパータオル（必要に応じて試技台へ移動させる）

ビニル手袋をはめる	･ビニル手袋を正しくはめる。 ･ビニル手袋をはめた後は，衛生的に扱う。		･ビニル手袋をはめた後に，マスク，髪，服などは触りません。 ･落とした野菜も触りません。
きゅうりを洗う	･手袋をはめた手できゅうりを洗う。		
切る	･包丁できゅうりを輪切りにする。 ･5mm以下に切る。		･検定ではきゅうりは1/2本です。 ･片方の手で，きゅうりを押さえます。 ･押さえた手は，指先をまるめ（猫の手のように），包丁で切らないようにします。 ･力を抜いて包丁を持ち，きゅうりに直角に刃をあてます。 ･刃の側面は，押さえた手にあて安定させます。 ･手袋が切れたら，新しいものと交換します。（報告は不要）
塩もみをする	･輪切りにしたきゅうりをボウルに入れる。 ･塩を入れる。 ･塩もみをする。	 	･塩は，小皿に準備されているものを使います。
きゅうりを洗って絞る	･きゅうりをボウルからざるに移す ･流水できゅうり洗う。 ･きゅうりを手で絞る。 ･ポテトの入ったボウルにきゅうりを入れる。	 	･できるだけ水滴をきり，ボールに入らないように注意する。
ビニル手袋をはずす	･ビニル手袋をはずす。 ･ビニル手袋を三角コーナーに捨てる。		
きゅうりを入れたポテトを混ぜる	･きゅうりを入れたポテトを箸で混ぜる。		･箸で混ぜます。（スプーン不可）

50g量ってパック詰めをする	･パックをはかりの上に載せる。 ･箸やスプーンを使ってポテトサラダをパックに入れる。 ･はかりを使って50g量る。 ･蓋をして輪ゴムをかける。	 	･スプーンを準備した場合は，必ずスプーンを使って計量します。(評価対象) ･完成品は，お盆の上に置きます。 ･ボウルに残ったポテトサラダは，ボウルに入れたまま準備台に戻します。 (使った箸，スプーンは洗うため，戻さない。)
後片付け	･流水で調理道具を軽く洗う。 ･洗剤を適量スポンジに付ける。 ･調理道具をスポンジで洗う。 ･泡が残らないようにすすぐ。 ･白布巾で道具を拭く。 ･所定の場所に片付ける。 ･シンクをきれいに流す。 ･排水口にたまった残飯を取り，三角コーナーに捨てる。 ･ぬらした黄色台布巾で調理台とシンクを拭く。 ･乾いた黄色台布巾で調理台とシンクを拭く。	 	※次のことに留意させましょう。 ･スポンジに洗剤をつけすぎないようにしま しょう。 ･泡が残っていないか ･水気が切れているか ･完成品をのせたお盆は，準備台に片付け，試技台の上には何も残らないようにします。 ･道具を拭く布巾は，白色布巾を使います。 ･台拭きは黄色布巾を使います。 ･濡れた黄色布巾で調理台とシンクを拭きます。 ･乾いた黄色布巾で調理台とシンクを拭きます。 ※布巾の使い分けについては，技能検定での評価対象となります。正しく身に付けさせましょう。 ※排水口については形態が会場によって異なるため，検定会場によって状況判断を行います。
審査員に作業終了を報告する	･待機場所にもどる。 ･適切な声の大きさ及び態度で報告する。 「終わりました。」		(時間計測の終了)

食品加工技能検定　検定会場図（調理　おにぎり）

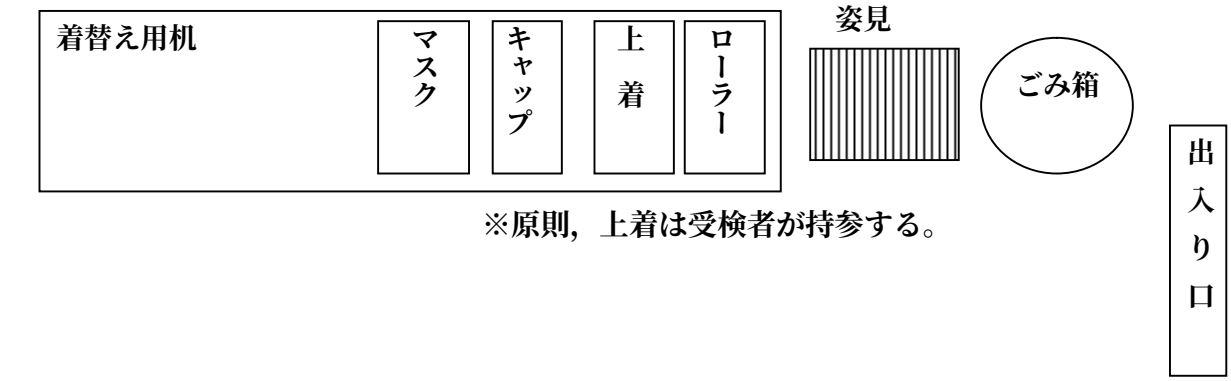


【おにぎり】準備物

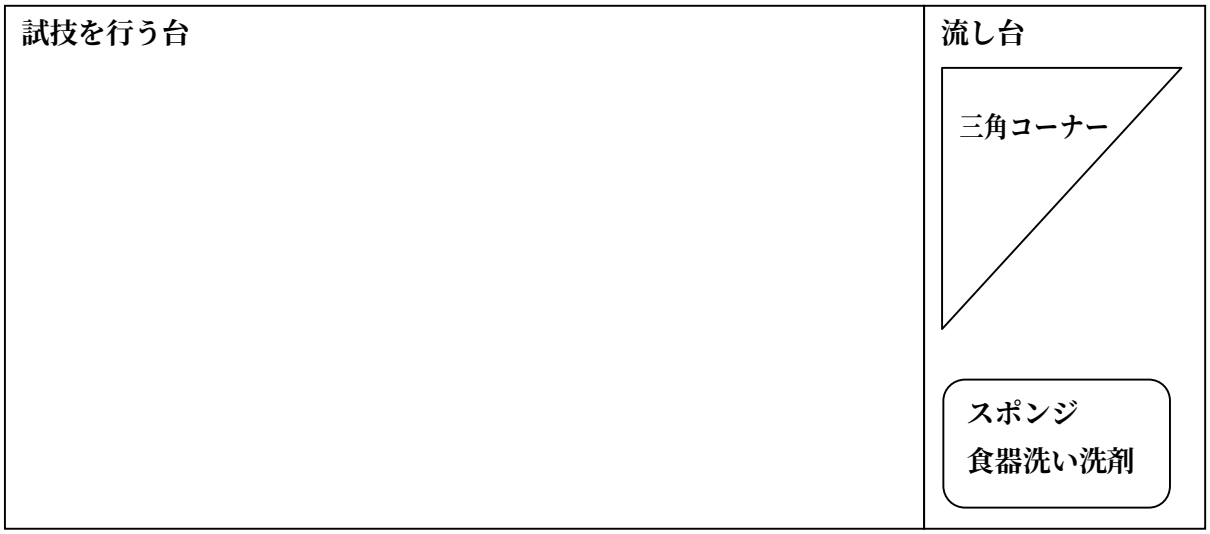
三角コーナー
ペーパータオル
手洗い用石鹸
爪ブラシ　1
消毒液
ビニル手袋（S・M・L）
ふきん（黄）2 枚
ふきん（白）1 枚
水切りかご
炊飯器
ボール　2
ざる　　1
米　　1 合
たくあん　2 枚
バラン　　1 枚
パック　　1
ゴム　　1

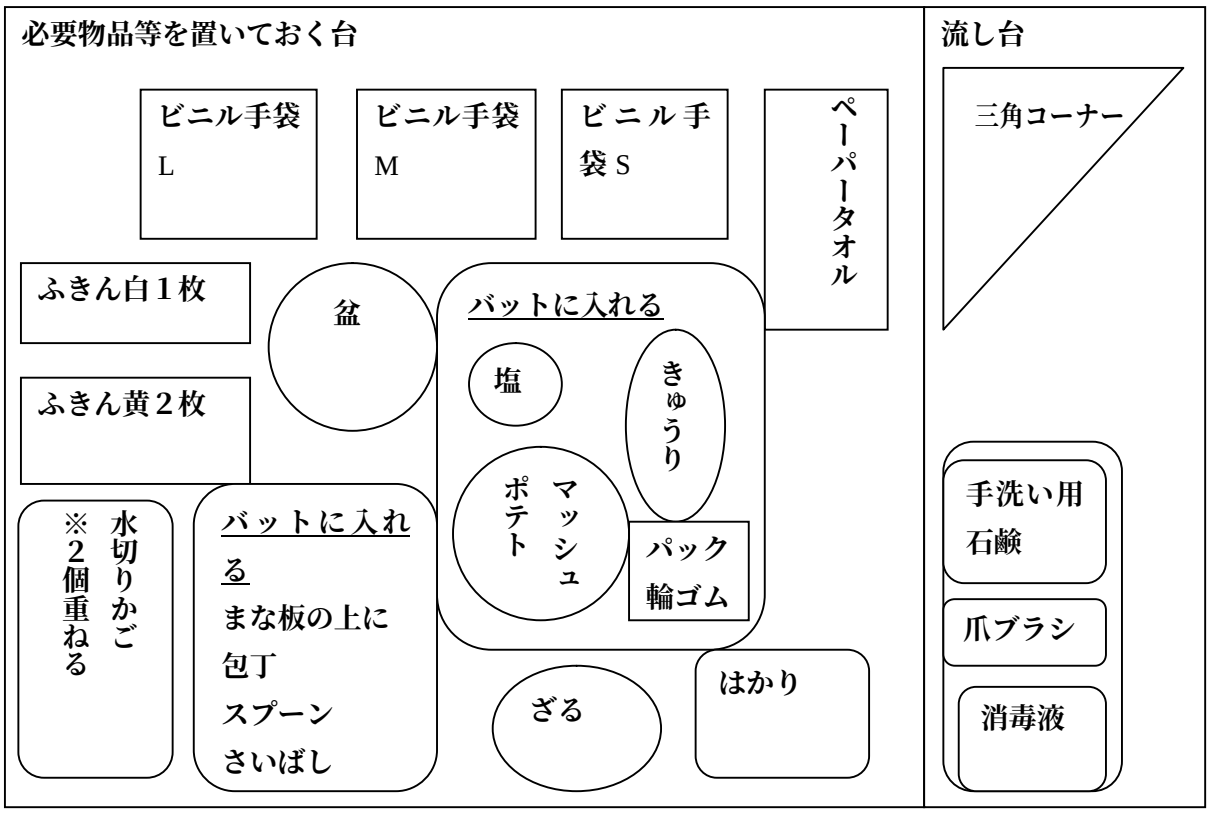
バットに入れる

食品加工技能検定　検定会場図（技術　ポテトサラダ）



※原則，上着は受検者が持参する。





受検者立ち位置（エコレインマット）

【ポテトサラダ】準備物

三角コーナー
ペーパータオル
手洗い用石鹸
爪ブラシ　1
消毒液
ビニル手袋（S・M・L）
ふきん（黄）2 枚
ふきん（白）1 枚
水切りかご
ボール　1
ざる　1
量り　1
包丁　1
まな板　1
スプーン 1
さいばし 1
バットに入れる
マッシュポテト 50ｇ
きゅうり　半本
塩　小さじ 1
パック　1
ゴム　1
お盆　1
バットに入れる

食品加工技能検定会場　必要物品一覧表

	検定会場	おにぎり (1コートにつき)	ポテトサラダ (1コートにつき)
1	キャップ	受検者人数分	受検者人数分
2	姿見	1	1
3	粘着ローラー	1	1
4	使い捨てマスク	1箱	1箱
5	キレイキレイ薬用　ハンドソープ(泡タイプ)	1	1
6	爪ブラシ	1	1
7	消毒液	1	1
8	ペーパータオル	2箱	2箱
9	ビニル手袋　Sサイズ	1箱	1箱
10	ビニル手袋　Mサイズ	1箱	1箱
11	ビニル手袋　Lサイズ	1箱	1箱
12	包丁(18cm牛刀)		1
13	まな板(LL)		1
14	ボール(18cm)	2	2
15	ザル(18cm)	1	1
16	スプーン		1
17	デジタル　クッキングスケール		1
18	バット大(約31×22×3.5(高さ)cm)	1	1
19	バット中(約26.5×19×3.2(高さ)cm	1	1
20	三角コーナー	2	2
21	食器用洗剤	1	1
22	スポンジ	1	1
23	スポンジ置き台	1	1
24	台ふきん(黄色)(290mm×400mm程度)	2	2
25	食卓ふきん(白色)(340mm×850mm程度)	1	1
26	炊飯ジャー(3合または5合炊き)	1	
27	一合カップ	1	
28	ポテトサラダパック		受検者人数分
29	オニギリパック	受検者人数分	
30	バラン	受検者人数分	
31	輪ゴム	受検者人数分	
32	米	1回につき2合	
33	塩		1回につきひとつまみ
34	たくあん	1回につき半切れ	
35	皿(たくあん･塩を入れる)8cm程度	2	2
36	電子レンジ	必要に応じて	
37	ラップ･ビニル袋(小)	適量	
38	きゅうり(10～11cm)		1/2本
39	乾燥マッシュポテト等	適量	
40	電気ポット(マッシュポテト用)	必要に応じて	
41	へら，しゃもじ	適宜	
42	マヨネーズ(マッシュポテトにあらかじめ混ぜ込む)	適量	
43	ストップウォッチ	1	1
44	ゴミ箱･ゴミ袋		
45	お盆(小･見本を入れておく用)		1
46	エコレインマット	1	1
47	菜ばし		1
48	カレー皿(米飯を入れて用意)	1	