DHA でぃーえいちえー ▶テキストP.055

docosahexaenoic acid：英

ドコサヘキサエン酸（別名、セルボン酸）は、不飽和脂肪酸(P.094）の一種。無色油状。魚油に多く含まれ、人間は体内合成できないため、魚類を食べることで摂取する。脳の成分にもなり、EPAとともに魚介類・海草類の脂質に多く含まれ、コレステロールの抑制や血栓の予防効果がある。また、サプリメントや食品添加物としても多く利用されている。

EPA いーぴーえー ▶テキストP.055

eicosapentaenoic acid：英

エイコサペンタエン酸（または、IPA：イコサペンタエン酸）は、不飽和脂肪酸の一種。DHAとともに魚油に多く含まれ、血小板凝集の抑制効果がある。医療用医薬品では閉塞性動脈硬化症、脂質異常症治療薬として使用し、また狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、動脈硬化予防に欠かせないものである。サバ、イワシ、サンマ、アジなど背部分の青い魚に多く含まれる。

JAS法 じゃすほう ▶テキストP.166

「農林物資の規格化および品質表示の適正化に関する法律」で、農林物資の品質に関する表示の適正化を図り、一般消費者の選択に資することを目的にしている。JAS法は、目的からわかるようにすべての食品に対して基準に従った品質表示を義務付ける品質表示基準制度（義務の制度）と、規格に合致した製品にJASマークを認めるJAS規格制度（任意の制度）の２つの制度からなっている。

JAS規格には、品位、成分、性能などの品質について基準を定めたものと、生産の方法に関する基準を定めた特定JAS規格や有機JAS規格、また食品の生産情報を消費者に提供する生産情報公表JAS規格(P.083）などがある。

JASマーク じゃすまーく ▶テキストP.166

農林水産大臣が定めた日本農林規格（JAS規格）による格付けを受けた製品を販売するときに添付するマーク。JAS規格の制定は、農林水産大臣が必要であると認めた場合に、飲食料品および油脂の品目を指定して制定される。一般JAS規格を満たす食品や林産物などに添付される「JASマーク」、有機JAS規格を満たす農産物に添付される「有機JASマーク」、特別な生産

JASマーク

有機JASマーク

特定JASマーク

生産情報公表JASマーク

定温管理流通JASマーク

て山かけ、とろろ汁に、きざんで酢の物などにして生で食する。また、和菓子の原料やかまぼこ、はんぺんなどの練り製品の膨張軟化剤にも利用される。

シノワ ▶テキストP.098

chinois：仏

スープ、ソースなどを漉すときに用いる調理器具のひとつ。西洋料理では、だしをとった後、スープをきれいにするためにシノワを使ってスープを漉す。シノワは、逆円錐形で枠つきのものもある。素材はステンレス製、アルミ鋳物製などがある。

支配階級 しはいかいきゅう ▶テキストP.012

政治的・経済的・社会的に優越した勢力をもち、国家または社会を支配する実権を握っている身分・階層・階級。支配層。

シャーベット ▶テキストP.040

sherbet：英、sorbet：仏、Sorbett：独

果汁やリキュールなどに砂糖を加え、凍結させたもの。クリームなどの乳製品を含まない氷菓。語源は、アラビア語で冷たい飲み物を指すシャルバートからきているという。これは、飲むという意味のシャリバの変化した語で、仏語のソルベ、英語のシャーベットという言葉もここから出ている。

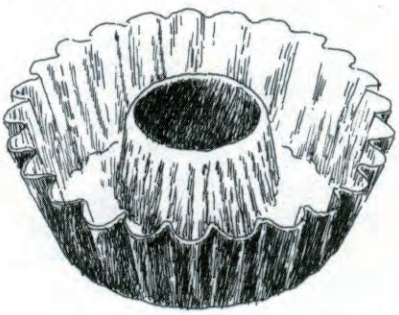
焼 しゃお ▶テキスト外

中国料理の煮込み料理のこと（焼く調理法を指す場合もある）。材料を一度揚げたり、炒めたりした後にスープや調味料で煮込んだり、煮詰める料理をいう。醤油煮込みで、醤油のきいた赤みを帯びた仕上がりの紅焼（ホンシャオ）、汁けがなくなるまで煮詰めて、辛みをつけるものが多い乾焼（ガンシャオ）などがある。他に煮込み料理には、たっぷりの水分の中で煮る煮（ヂュウ）、ふたをした土鍋で長時間煮詰める燜（メン）、鍋でとろみをつけて煮込む扒（パー）など、さまざまな調理法がある。

ジャス法、ジャスマーク→JAS法、JASマーク

蛇の目型 じゃのめがた ▶テキストP.116

製菓用のケーキ型。中心から外に向かって放射状にうねりの模様がついている。型は、中央が空洞になっているため、でき上がりはリング状になる。ドライフルーツをたっぷり使って焼くクリスマス定番のシュトーレンなどを作る時に使用する型。



蛇の目型

ジャポニカ ▶テキストP.079

コメの種類のひとつ。ジャポニカ種、日本型ともいい、形が短く丸みを帯びているので、短粒種とも言う。炊くと粘りがあり、水田で栽培する水稲（すいとう、水耕栽培）と、畑で栽培する陸稲（りくとう、おかぼ）がある。日本国内ではそれぞれの地方で品種改良が行なわれて、食味のよい物、土地に適した物が作られている。品質のよい物を産地銘柄米としている。

ビフィズス菌 ▶テキスト外

人間の腸内に棲み着いている腸内ビフィズス菌と、食品から摂取されるビフィズス菌とがある。腸内細菌のうち健康に役立つ働きをする善玉細菌の代表。生後3～4日目からビフィズス菌が腸内に増殖し、年とともにバランスが崩れ悪玉細菌が多くなる。ビフィズス菌は悪玉細菌の繁殖を抑え、免疫力を高め、大腸がんを予防する。腸内環境を正常化し、肌のトラブルも改善する。

ビフィズス菌を摂取しても多くは胃酸で死んでしまうが、プロバイオティクスという健康機能が高いヨーグルトには、生きたまま腸に届くビフィズス菌が含まれる。菌を増やすにはビフィズス菌のえさになる乳糖（牛乳・チーズ・ヨーグルト）やオリゴ糖（ゴボウ、タマネギ、ニンニク）などを摂るとよい。

非ヘム鉄 ひへむてつ ▶テキストP.138

食品中の鉄にはヘム鉄（主に動物性食品、魚介類、肉類の赤身、貝類）と非ヘム鉄（主に植物性食品）がある。野菜や穀類、豆類、海藻などの植物性食品に存在する鉄イオンは非ヘム鉄の状態で存在する。非ヘム鉄の腸管吸収はヘム鉄よりやや劣るが、肉類とともに摂取することによって腸管から吸収率が向上する。食事からの摂取量の多い非ヘム鉄は必須栄養素である鉄の重要な供給源となっている。吸収率は非ヘム鉄は約1～5％、ヘム鉄では15～25％。動物性タンパク質やビタミンCを多く含む食品（新鮮な野菜や果物）を充分に摂ると吸収率はよくなる。

肥満 ひまん ▶テキストP.132

体脂肪が蓄積過剰な状態。日本肥満学会ではBMI(体重kg／身長m／身長m)が25以上を肥満とし、18.5未満を痩せと判定している。肥満になると血圧が上昇し、動脈硬化になりやすく、脳卒中、糖尿病(P.087)を誘発する。

病原性 びょうげんせい ▶テキストP.153

ウイルスや細菌などに、病気を発症させる性質があること。

病原性大腸菌 びょうげんせいだいちょうきん ▶テキストP.155

ほとんどの大腸菌は無害だが、ヒトに下痢などの消化器症状や合併症を起こすことがあるものを、病原性大腸菌と呼ぶ。関連：腸管出血性大腸菌O-157(P.086)。

漂白剤 ひょうはくざい ▶テキストP.162

食品の色調を整えるため、色素成分や着色物質を無色にして白くしたり、きれいで鮮明な色調に整える。酸素の酸化作用で食品中の色素を分解して脱色する酸化漂白剤(亜塩素酸ナトリウム)、分解して生じる亜硫酸で色素を還元し漂白する還元漂白剤(亜硫酸ナトリウム）がある。ごま、豆類および野菜に使用することは、その品質、鮮度などに関し、消費者の判断を誤らせる恐れがあるため禁止されている。

フードモデル ▶テキスト外

合成樹脂やロウなどでつくられた食品。食事の模型。食品サンプルのこと。

フェリチン ▶テキストP.138

水溶性の鉄貯蔵タンパクで組織中の鉄濃

売上総利益 うりあげそうりえき ▶テキストP.245

売上高から売上原価を引いた額。粗利益、荒利益（ともに、あらりえきと読む）とも呼ばれる。物販業では［売上高－仕入原価］、製造業では［売上高－製造原価］で算出する。外食業では物販業方式か製造業方式かによって算出方法が変わる。

→P.156【表06 損益計算書】

売掛金 うりかけきん ▶テキストP.247

通常の取引上、商品やサービスを販売したが、その代金をまだ受け取っていない場合の未収金のこと。売上債権の一種。買掛金の反意語。

→P.158【表08 貸借対照表】

営業外損益 えいぎょうがいそんえき ▶テキストP.245

本業以外の経常的な事業活動で発生する損益のこと。受取利息、有価証券売却益、為替差益などの営業外収益から、支払利息、有価証券売却損、為替差損などの営業外費用を差引いた金額。

→P.156【表06 損益計算書】

営業許可証 えいぎょうきょかしょう ▶テキスト外

飲食店の開業を認可した証明書のこと。営業許可証を取得するためには、以下の手続きによる申請が必要である。許可を受ける手順は以下の流れになる。

1、営業所を管轄する管轄保健所に申請
2、営業所の調査
3、許可証の交付

飲食店の営業許可申請に必要な書類は以下のとおりである（以下は東京都23区の保健所を基準）。

1、申請者が個人の場合、本人の住民票。法人の場合は会社の登記簿謄本（現在事項証明書）。
2、店舗の図面。調理場の部分は詳細に記載すること。
3、店舗付近の案内図。最寄り駅から店までの地図。住宅地図をコピーしてもよい。
4、申請書２通。保健所でもらえる書式に記入。
5、水質検査票。水道が直結でない場合は必要。通常大家からコピーがもらえる。
6、食品衛生管理者の手帳、または調理師免許など資格の証明書。資格がまだなくても、講習を受けることを前提として、許可の申請および取得は可能（手数料16,000円）。
食品衛生責任者の資格を証明する書類。次の何れかの原本を持参する。
○調理師免許証
○栄養士免許証
○医師免許証
○知事指定講習会修了証書
許可申請時までに講習会を受講していない場合は、講習会を申込み、受講料を支払って受講票と領収書のコピーを添付すれば、許可申請書は受け付けられる。

上記書類を提出後、営業許可調査の日時に、保健所の担当者が店に来て調査をする。以下は、そのチェックポイントの一部。

○調理場の入口にドアがあること。ウエスタン式でもよい。
○２層シンクがあり、給湯設備がある（お湯が出る）こと。
○調理場に手洗（L5以上のサイズ）があり、洗浄液があること。
○食器棚に扉がついていること。

上記のような項目をチェックし、基準に達していれば許可になり、基準に達していない場合は不許可になる。許可証の受取り調査から３日～１週間後に、営業許可証ができるため保健所に受け取りに行く（印鑑が必要）。