

ソバの品種と栽培に関すること

番号		氏名		採点	

問 1 次は、ソバの植物学上の記述であるが、正しいものに○印を誤っているものに×印を記してください。(10 点)

- (×) 1. ソバは、植物の分類学上はイネ科のソバ属に分類される。
- (○) 2. ソバの茎は、主茎と何本かの分枝に分かれそれぞれの先端に多数の小花が集合して花房をつける。
- (×) 3. ソバは、イネやムギと同じで最初の開花から一斉に咲きはじめる。
- (×) 4. ソバの花には、雌しべが短く雄しべの長い長柱花と、雌しべが長く雄しべの短い短柱花がある。
- (○) 5. ソバは、異なる花型間の受粉が必要で長柱花どうし、短柱花どうしでの受粉では結実しない。

問 2 次は、ソバの栽培生態的特性についての記述であるが、()に該当する文句を記入してください。(12 点)

基本的には、ソバは(短日条件)によって開花が促進される(短日性)の植物である。現在日本の品種は(夏)(秋)(中間)のいずれかの「型」に類別される。

このうち、(秋型品種)は(長日条件)に敏感に反応し、6 月下旬以前に種を播くと開花は著しく遅れ(50 日)~(60 日)もかかり、草丈は(2)m 以上となり植物体全体が(過繁茂)となるだけでなく(受精率)が低下し、収穫は激減する。要するに、(栄養生長)への切り換えができない性質をもっている。

問 3. 次は、ソバの栽培方法とその問題点についての記述であるがあやまっているものに×印を記してください。(10 点)

- (○) 1. 播種量は、作付けの時期によって若干異なる。早播きの場合は 10a 当たり 5 k g 前後、遅播きの場合は 6 ~ 7 k g とやや多めが基準である。
- (○) 2 ソバは、根の張りが浅く、茎も軟弱なため、深めの土寄せは倒伏防止に効果的である。
- (○) 3 播種後 25 日から 35 日位で開花し、その後花芽を分化しながらゆっくり咲き上がっていく。
- (×) 3. 施肥は前作によって異なるが、他の作物に比べて少量でもよいが、窒素は、多量に施肥する必要がある。
- (×) 5. ソバの収穫は、開花期の終わりから 65 日~75 日で迎える。

問4 次は、玄蕎麦の生産と収穫に関する記述であるが、()内を埋めて下さい。(24点)

- 1) ソバの品質の良否は、米の場合のように(品質)や(銘柄)によって大きく左右されない。むしろ(気象)条件や(土壌)条件など生産地の環境条件による影響が大きい。
- 2) ソバの収穫は、手刈りの場合には(若干早め)に刈取り、畑で(島立て)や(はざ掛け)をして乾燥すると(脱粒)を防ぐことができる。
- 3) ソバは(後熟)という性質があり、刈り取った後でも(葉)から(実)へ養分の転流が行われ、未熟種子を(登熟)させる能力を持っている。(機械刈り)の場合は多少(脱粒)のロスがあっても(完熟)させてから収穫するのが常識になっている。
- 4) 「(手刈り)は朝、(機械刈り)は晴天の午後」と言われているのは、つまり朝の露が残っている打ちに鎌で刈れば(脱粒)も少なくすみ、逆に(機械)の場合は十分乾燥した午後に収穫したほうが効率的であるとされる。
- 5) :玄そばの市場評価でよく問題になるのが水分含量であるが(15%)が適値とされている。さらに、玄そばの鮮度基準として(内皮(甘皮))が(鮮緑色)をしていることが新そばの条件である。水分含量や(鮮緑色)の維持のためには保管場所や条件など、収穫後の(貯蔵方法)に、特に(温度管理)十分な配慮が必要であることは言うまでもない。

問5 全蕎麦協・素人そば打ち段位認定制度公認テキスト「新・そば打ち教本」には、ソバの植物学的特徴について、10項目掲げられているが、この打ちあなあなたの知っている5項目を記してください。

(10点)

1	ソバはタデかの植物である
2	ソバは他家高受粉の植物である
3	ソバは短日性の植物である
4	ソバは無限伸縮性の植物である
5	ソバの実は後熟作用がある

問6 次は、国内産のソバ生産の推移の記述であるが、正しいものに○印を誤っているものに×印を付してください。(10点)

- (×) 1) 「農林統計」が始まったところからのソバの栽培面積の統計資料を紐解くとソバ生産は大正時代半ばころがピークであった。
- (×) 2) 国内の玄ソバの需給バランスは昭和の初めころからとれなくなっていた。
- (○) 3) 昭和38年に他の穀物に先だって中国からのソバの輸入が始められたが、当初年間1万トン前後であった。
- (○) 4) 平成に入りソバの栽培面積は漸増傾向にあるが、これは水田減反政策として転作の特定作物の一つとしてソバが指定されたためである。
- (○) 5) 各県で採択されている品種をみると、南九州、四国、福井県ではその地方の在来種が順位で1位を占めている。在来種はやや小粒であるが実の充実しおり、味や香りの点で高い評価を得ている。

問7 次は、現在日本で栽培されているソバの品種についての記述であるが()を埋めてください。(14点)

日本のソバの主な品種を類別すると3群に大別できる。

第Ⅰ群として旧来から使われている品種で、北から北海道の(牡丹そば)、青森の(階上そば)、山形の(最上早生)、長野の(信濃1号)などである。

第Ⅱ群は、昭和54年に(種苗法)が改正されて以来、農林水産省に登録されたもので、北海道の(キタワセソバ)、(キタユキ)、(ほろみのり)山形の(でわかおり)、茨城の(常陸秋そば)、長野の(信州大そば)、宮崎の(みやざきおおつぶ)などである。

第Ⅲ群は、各地で古くから栽培されている(在来種)であり、福島県、長野県、福井県、徳島県、鹿児島県等全国各地で栽培され、品種としての特性は備えていないが、栽培生態型からみると(中間～秋型)であり、一般的には多収はのぞめないものの食味がよいので、付加価値の高い品種として重宝がられている。

問8 次は、普通ソバの花と受精の特性を記述したものである。正しいものに○印を誤っているものに×印を付してください。(10点)

- (×) 1) 普通ソバの受精は花が咲く前に行われ、典型的な自家受精作物であるが他家受精もする。
- (○) 2) 普通ソバの受粉には虫のみが関係するわけではなく、風も寄与する。
- (×) 3) 普通ソバには三枚の花弁があり、そのため種子も三角形である。
- (○) 4) 普通ソバの小花の基部には8個の蜜腺があり、ミツバチやチョウがくる。
- (×) 5) 普通ソバの花のうち同じ柱花の型どうしで受粉すると花粉管が伸長して受粉するものの、登熟できずに枯れる。

そばの歴史・文化に関すること

番号		氏名		採点	
----	--	----	--	----	--

問1 次は、そば切りと麵の起源についての記述であるが、()内を埋めなさい。(10点)

現在のところ、そば切りの初見は(木曾須原宿)の(定勝寺)で発見された記録(定勝寺文書)であるといわれている。1582年織田信長が没した「本能寺の変」より前の戦国時代で(1574)年同寺で行われた工事の際に寄進されたそば切りが振舞われたという記録である。この記録が発見されるまでは、そば切りに関する最も古い記録は、江戸幕府が開府してから三代将軍家光の時代で(1614)年近江の社僧が記述した(慈性日記)とされていたことから(40年)遡ることになる。
わが国最初の麵は(奈良時代)初期から文献に登場する(麦縄)であり、小麦粉で作る(手延べ麵)である。

問2 次は、江戸時代のそばに関する記述であるが、正しいものに○印を誤っているものに×印を記してください。(10点)

- 1.(○) 江戸時代随一のそばの名著といわれている「蕎麦全書」の著者は日新舎友蕎子である。
- 2.(×) 醤油の「下りもの」とは、江戸から全国各地に送られた醤油のことをいう。
- 3.(○) 江戸時代末期の風俗考証書「守貞謾稿」には、蕎麦の品書きがあるが、その中に鴨南蛮、親子南蛮もある。
- 4.(○) そばの種物は、元禄時代ころから始まった「ぶっかけ」を基本に、いろいろな具をのせることで発展した。
- 5.(×) 二八そば、江戸幕府開府の初期から食べられていたといわれている。

問3 次は、江戸時代のそばに関する記述であるが、正しいものに○印、誤っているものに×印を付してください。(10点)

- 1.(×) 小麦粉の「つなぎ」使用が明確に書かれているのは、「料理物語」である。
- 2.(×) 「蕎麦全書」は江戸市中そば屋72軒をあげているが、その名目としてソバの産地をとったもの、品書きを看板にしたもの、そばを供する道具を名目にしたものの3種を掲げている。
- 3.(○) そばつゆに味醂を使用することが明記されている最も古いものは、享和3年(1803)成立とされる「小堀屋秘伝書」である。

- 4(○) 万延元年(1860)に玄そばの騰貴対策のため談合した江戸市中の蕎麦屋の軒数は 3763 軒と記録されているのは、「守貞謾稿」である。
- 5(×) 変わりそばの文献上の初出は寛延3年刊「料理山海郷」に紹介されている「ゆず切り」である。

問4 次は、そばに関する歴史上重要な文献であるが、その読み方についてかなを付しなさい。(14点)

読み方

- ・ 続日本紀 (しょくにほんぎ)
- ・ 定勝寺文書 (じょうしょうじもんじょ)
- ・ 守貞謾稿 (もりさだまんこう)
- ・ 嬉遊笑覧 (きゆうしょうらん)
- ・ 本朝食鑑 (ほんちょうしょっかん)
- ・ 女重宝記 (おんなちょうほうき)
- ・ 本草和名 (ほんぞうわみょう)

問5 次は、江戸時代のそばに関する記述であるが()内を埋めなさい。(10点)

- (1) 江戸でのそばの店売りが始まったのは、17世紀後半で(吉原)に現れた(けんどんそば切り)とされている。17世紀末頃になると、江戸や上方で(蒸しそば切り)が流行するようになる。
- (2) 江戸時代の中期元禄のころ、新しいそばの食べ方として(ぶっかけ)がはじまった。つゆを 直接そばにかける食べ方で、立ったまま食べられるように編み出されたとされる。初めのころは(冷がけ)として出していたようだ。
- (3) 蒸籠は、一般に「せいろ」または「せいろう」と読んでいる。そば用の蒸籠の簧が子が(上げ底)になっているのは、天保年間に、そばの(値上げ)の代わりに許されたことに始まるといわれている。
- (4) 天ぷらそばは、江戸末期ころから売り出されていたようであるが、当時は(江戸前の芝エビ)を(かき揚げ)または(串揚げ)風に揚げてそばにのせたものといわれている。

問6 そば屋の起源については、大阪発祥説があり、そのことを説明した文章であるが、()内を埋めなさい。(14点)

宝暦7年(1757)板の(大阪・新町細見之図)の記述によると、大阪・新町遊郭近くに(和泉屋)と(津国屋)という2軒の麵類屋があった。ともに(砂場)という俗称でよばれていた。このうちの1軒(津国屋)の創業年は嘉永2年(1845)刊の本によれば天正12年(1584)と書かれており、これが事実とすればわが国(最古)のそば屋ということになるわけでそば屋の(東西本家論争)の火種にもなったとも言われている。

問7 次は、江戸時代のそばつゆについての記述であるが、正しいものに○印を誤っているものに×印を付しなさい。(10点)

- 1.(×) そばつゆについて書かれている最も古い文献は「蕎麦全書」である。
- 2.(×) 醤油を用いるそばつゆの製法が書かれている最も古い文献は「料理物語」である。
- 3.(×) 鯉節のだしと濃い醤油、砂糖、味醂のそばつゆは江戸時代中期の元禄時代に完成し、江戸市中のそば屋に定着した。
- 4.(○) 天保嘉永期(1830~54)の江戸風俗記録「守貞漫稿」は、そばの品書きは詳細に述べているが、つゆについては触れていない。
- 5.(○) 関西では、そば用のかけつゆでも「うどんだし」といっていた。

問8 日本各地には伝統的なそばの打ち方が継承されており、「新そば打ち教本」にも紹介されているが、その記述について()を埋めなさい。

(22点)

- (1) 出石そばは、(300)年以上にわたって伝えられており、直径10cmの小ぶりの白地の小皿に(一口)か(二口)のそばを盛って出すことから(皿そば)という。
- (2) 越前そばは、そばどころとして有名な越前(福井県)の郷土そばで(挽きぐるみ)で打ったそばを(醤油)若しくは(かけ汁)と合せた(しぼり汁)食べる「おろしそば」が有名である。
- (3) 信州戸隠山の周辺は標高(1000)mあり、霧が多く発生し寒暖の差が激しいためソバの栽培に適しており、(霧下そば)の名でよく知られている。加えて戸隠山は(山岳修験者)の霊山であり、その宿坊はそばを(常食)としてきたために(江戸時代)からその名は全国に知られていた。
- (4) へぎそばは、新潟県(小千谷)や(十日町)地域などでは、杉や檜を薄くはいだ板「へぎ」の上にもったもりそばで、この地方での打ち方は、(海草)の一種である(フノリ)をつなぎに使っており、そのためそばを茹でると(淡緑色)になる。
- (5) 裁ちそばは、(福島県桧枝岐)周辺に昔から伝わる(生粉打ちそば)の製法で、水回ししたそばを小玉にして1個ずつ丸く延しこれを数枚重ねてこま板を使わず(手ごま)で、布を裁つように(目見当)で切ることからこの名がついた。

ソバの栄養と健康に関すること

番号		氏名		採点	
----	--	----	--	----	--

問1 次は、そばの栄養素についての記述であるが、正しいものに○印を記してください。(10点)

- (×) 1.そば粉には、カルシウムは多く含まれてる。
- (○) 2.そば粉には、ナトリウムの含有量は少ない。
- (×) 3.そば粉に含まれているビタミンは、A、C、D、Kが多く含まれている。
- (×) 4.そば粉には、グリセミック・インデックス(GI)値が高く、ダイエットなどの視点から注目されている。
- (○) 5.ルチンは、種々の疾病予防効果が期待されているが、摂りすぎには注意が必要である。

問2 次は、そば粉に含まれているポリフェノールについての記述であるが()内を埋めて下さい。(20点)

- 1) そば粉には、ポリフェノールが多く含まれている。そば粉 100g にはおよそ (400)mgのポリフェノールが含まれ、この量は(赤ワイン)のグラス(1杯)に相当する。このポリフェノールは、(生活習慣病予防)など、さまざまな健康機能を持っている。
- 2) 普通種のそば粉には、粉 100g あたり(20)mgのルチンが含まれている。一方ダッタン種のそば粉には、粉 100g あたり約(2000)mgのルチンが含まれている。
- 3) ルチンには、(高血圧予防効果)効果が示唆されているが、この他抗酸化作用など、様々な効果が認められている。
- 4) ダッタンソバを製粉や製麺などによってソバの組織破壊を生じさせると、すぐに酵素が作用してルチンを(ケルセチン)に変化させてしまう。これが苦みを持ちダッタンソバは、(苦ソバ)と呼ばれている。
- 5) そばにルチンが含まれているが、このルチンは、ソバにとっては太陽光線のうち、(紫外線)を避ける日傘のような防御物質であるといわれている。

問3 次は、そば粉に含まれているたんぱく質についての記述であるが正しいものはどれが○印をしてください。(10点)

- (○)1.そば粉は、穀類の中で比較的たんぱく質に富んだ食品である。
- (×)2 たんぱく質を多く含んでいるのは内層粉である。
- (×)3.アミノ酸スコアとは、人が必要とする各必須アミノ酸の量を100とした基準パターンで、そば粉のアミノ酸スコアは、小麦粉や精白米に比べて低い。
- (×)4.そば粉は、消化吸収率は極めて高く、小麦粉や精白米に比べても最も高い。
- (○)5.わが国ではそばアレルギーが問題となっているが、欧州では小麦アレルギーが多く、その代替食品としてそば粉が食べられている。

問4 そば粉には食物繊維が多く含まれており、これが健康に良いといわれているが、次の文章の()内を埋めて下さい。(20点)

- 1) そば粉には、食物繊維が多く含まれているが、この食物繊維は、(便通改善効果)、(腸の病気予防効果)、(高血圧症・動脈硬化への予防効果)、(糖尿病改善効果)などの改善や予防に有益な効果が注目されている。
- 2) そば粉(全層粉)100gには(4.3)g食物繊維が含まれ、食物繊維一日の目標摂取量(20~25)gの約(17~22)%を充足でき、そばは重要な食物繊維の供給源である。
- 3) 食品の炭水化物は、(糖質)と食物繊維から成り立っている。
- 4) 表層粉は内層粉に比べて食物繊維の含有量が(高い)。
- 5) そば粉の食物繊維は不溶性食物繊維が占め、全層粉では(81)%占めている。

問5 次は、そば粉に含まれている脂質についての記述であるが、正しいものに○印を正しくないものに×印を付して下さい。(10点)

- (×)1 そば粉の全層粉には、脂質は約6.0%と他の穀物と同様に多く含まれている。
- (○)2 脂質を構成する脂肪酸は、オレイン酸、リノール酸、パルミチン酸、その他の脂肪酸からなっている。
- (×)3 オレイン酸、リノール酸は血中コレステロール低下作用を示す有益な脂肪酸であり、そば粉にはその含有量は多く含まれている。
- (×)4 脂質は、食べ物のおいしさというような食感とはあまり関連のない成分である。
- (○)5 そば粉に含まれる脂質は、内層粉になるほど低い。

問6 次は、そば粉のたんぱく質と小麦粉に含まれているグルテンについて記述であるが、正しいものに○印を正しくないものに×印を付して下さい。

(10点)

- (×)1 そば粉に含まれている水溶性たんぱく質は、麺をつなぐ力を持っており、長時間粘性を保っているため、時間がたってもそばが切れることが少ない。
- (○)2 小麦のたんぱく質は、熱湯では凝固してしまい、粘性を引き出せないため二八そばのようにつなぎに小麦粉を使う場合は、加水は水でなければならない。
- (×)3 小麦粉のたんぱく質は、水でこねるとグルテンを形成し、粘性を出すため、そば打ちをする場合は、一般的にたんぱく質含有量の少ない薄力粉が最も適していると言われている。
- (○)4 小麦のグルテンは、たんぱく質のグルテニンとグルアジンが主体となって網目構造を形成する。
- (○)5 生麩は、グルテンを食用として加工したものである。

問7 次は、そば粉の糖質についての記述であるが、()内に該当する文字を記入して下さい。(10点)

そば粉の糖質は、大部分は(でんぷん)から成り立っており、その他は(少糖類)などが含まれている。

そば(でんぷん)は容易に糖化される性質をもっている。アミロース含量は約(25)% アミノペクチンが約(75)%である。

そば(でんぷん)の糊化開始温度は(61)C°である。糊化開始温度は食品(でんぷん)の煮熟されやすさを示す一つの尺度であるが、そば(でんぷん)は中間程度である。

問8 次は、世界のそば料理で、各国で代表的なそば料理についてそれぞれ1種類だけ記入して下さい。(10点)

- 1) ロシヤ (カーシャ)
- 2) イタリア (ピッコケリー)
- 3) フランス (ガレット)
- 4) 中国 (猫の耳)
- 5) ネパール (ロティ)

全麵協および段位認定制度に関すること

番号		氏名		採点	
----	--	----	--	----	--

1 全麵協に関すること〔合計30点〕

問1 全麵協会則第3条に規定する全麵協の「事業の種別」であるが()内を埋めて下さい。(8点)

- (1) そば文化に関する(情報交換)と交流に関すること。
- (2) そばに関する(各種イベント)の推進に関すること。
- (3) 自治体の(地域振興)の研究と実践に関すること。
- (4) (素人そば打ち段位認定制度)の普及推進に関すること。
- (5) その他、全麵協の目的達成に必要な事業。

問2 全麵協会則ら規定されている全麵協会員及び会員入会手続きの記述であるが、正しいものに○印を、誤っているものに×印を付して下さい。(10点)

- (×)1 全麵協の会員は、A、B会員C会員及び賛助会員で構成されているが、C会員及び賛助会員にも総会において議決権を有し、かつ、全麵協の事業にも参加でき、広報誌の配布も受けることができる。
- (×)2 全麵協に入会しようとする者は、所定の入会申込書及び活動を紹介する資料を添えて、直接全麵協事務局に提出して理事長の承認を受ける。
- (○)3 会員申込にあたりA会員の入会にはA会員の推薦を、B会員の入会にはA会員又はB会員の推薦を受けなければならない。
- (×)4 C会員の入会にあたっては、A会員又はB会員の推薦を受けなければならない。
- (○)5 入会を許可された者は、入会金20000円(C会員を除く)を納入しなければならない。

問3 会員は、会費を納入しなければならないが、その額について次表の空欄を埋めて下さい。(4点)

会員		会費(年額)
A会員		90,000円
B会員		30,000円
C会員	個人	5,000円
賛助会員	企業・商店	一口50,000円

問 4 全麵協が、なぜ「利賀村」を最高段位(五段位)認定会の開催会場として選定しているのか知るところを簡記して下さい。(8点)

利賀村期平成4年8月に世界そば博覧会を開催したところ人口わずか1000人足らずの村に1
月の間に13万余の人が訪れこれが契機となり全国の麺類に関連する自治体を中心となり、全
国麺類文化地位間交流推進協議会(全麵協)が発足した。その後そば打ちを全国に普及させ地
域おこしを図ろう素人そば打ち段位認定制度を創設してきたところである。そのメッカとい
うべく利賀村において最高段位を厳粛な中にも慎重な審査を実施しようということから平成
19年9月5日段位認定会が開催されて今回は第二回目となるものである。

2 段位認定制度について [合計70点]

問 1 次の文章は、全麵協素人そば打ち段位認定制度公認テキスト「新・そば打ち教本」の巻頭言の一節であるが()内を埋めて下さい。(16点)

全国麺類地域間交流推進協議会(全麵協)は、素人によるそば打ちを(平成年)に段位認定制度として体系化した。この認定制度の目的は、美味しいそばを打とうとする(技術追求)の旅を(仲間づくり)(地域づくり)まで広げ、さらに、(品格)ある(自分づくり)までたかめて(心豊かな)人生を送ろうとすることである。

全麵協は、素人そば打ち段位認定制度の段位は、(そば道)を歩むための(道しるべ)と位置付けている。

問 2 全麵協の段位認定制度では、段位認定を判定する審査が受験者にとって公平で、審査基準に沿った公正な審査が行われ、審査結果は公明でなければならないとされておりありますが、その方策について次の()内を埋めて下さい。(10点)

- A 段位認定制度(実施基準)に準拠した(審査基準)の設定
- B (技能審査チェック項目)による審査の実施
- C (認定審査員)による審査の実施
- D (複数人数)による審査の実施
- E (審査結果)の交付

問 3 段位認定制度では四段位以上の高段位の認定を設けられているが、次はその目的についての記述である。()を埋めてください。(14点)

そば打ちを覚えてしばらくの間は、いきおい(技能競争)に走りがちになる。初段位から二段位までは受験者数が多く(書類選考)などは限界があって実施することは難しい。そのための認定審査は(技能審査)だけとなり(技能)だけが重視されるようになる。これに歯止めをかけ、段位認定制度本来の目的を達成するために設けられたのが四段位以上の高段位である。

特徴的なことは

- ㊦ (認定講習会の受講)を義務付けたこと
- ㊧ 所属団体からの(推薦)を設けたこと
- ㊨ (筆記試験)を実施すること

以上の3点である。

問4 素人そば打ち段位認定会は、全麵協 A、B 会員が開催することができる
と実施要綱で定められております。次は、その開催手続きについての記載で
あるが()内を埋めて下さい。(10 点)

全麵協 A、B 会員が段位認定会を開催するときは、開催日から(3 か月)前ま
でに(所属支部)を通じて(全麵協事務局)に開催申請書を提出して段位認定部会
の書類審査を経て(理事長)の承認を受けなければならない。
なお、(支部認定会)及び(全国認定会)を開催する全麵協 A、B 会員は
(審査員)の選考にあたっては(段位認定部会)と協議するものとする。
段位認定会を開催した全麵協 A、B 会員は認定会終了後、(20 日)以内に
(認定会開催結果報告書)により、全麵協事務局に報告しなければならない。

問5 全麵協では五段位認定者の位置づけや厳格な審査について組織決定して
いるが、()内を埋めて下さい。(10 点)

- ① 「五段位認定者」とは、(素人ばかりではなくプロからも敬意を受ける)
ような素人である。
- ② 時間をかけて(そばの普及実績)、(人格)、(知識)、(経験)、
(指導力)を審査判定する。
- ③ 受験者相互間の(人間関係)を深めて、全国規模の(地域活動)
が提携できるようにする。
- ④ (技能審査)偏重に陥らないように(審査方法)を熟慮し、審査員を
慎重に選定する。

問6 全麵協素人そば打ち段位認定制度における五段の「力量の目安」につい
て定められているが、これについて記して下さい。(10 点)

四段位に加えて栽培、歴史、文化、健康効果などそば全般に通じ、日本の
食文化としてそばの紹介と普及ができること
