

令和7年度

コンピュータサービス技能評価試験

(ワープロ部門)

1級 試験問題 概要

1. 試験区分

試験区分	配 点		採点方式
実技試験	80点	100点	減点法
筆記試験	20点		得点法

2. 合格基準

実技試験の得点が32点以上・筆記試験の得点が8点以上で、かつ、実技試験と筆記試験との得点合計が70点以上を合格とする。

3. 実技試験について

3-1 試験実施日及び開始時間

事前に試験委員から指示がある（筆記試験と同一日の場合もある）。

3-2 試験の概要と試験時間

試験の概要			試験時間
課題1	文書の作成	【レイアウト図】に基づき、表作成・オブジェクト作成（図＋テキストボックス）・編集を含め、入力文字数約1100字の文書を作成する。	60分
課題2	文書の編集・校正	与えられたデータをもとに、オブジェクトの作成、編集、校正を行い、複数枚の文書を完成する。	
課題3	複数文書の編集・管理	「課題1」と「課題2」で作成した文書を、表紙・目次・ハイパーリンクの設定を含め、1つの文書ファイルに編集する。	

3－3 試験問題

試験当日、試験委員から配布される。

なお、試験当日に配布される試験問題の出題形式は、後述の「1級 実技試験 練習問題」と同等である。

3－4 試験当日の注意事項

(1) 試験開始前関係

ア. この「試験問題概要」(本紙)は、試験当日、必ず持参すること。ただし、メモ書き等何も記入されていない状態であること。

イ. 参考書(マニュアルを含む)等の試験会場への持込みは禁止する。

ウ. パソコンの機種等については、事前に公表される。

エ. 試験会場では、携帯電話(タブレットPC等を含む)、腕時計型端末の使用は禁止とする。(電源はあらかじめ切り、かばん等にしまうこと)

オ. 集合時刻は厳守すること。試験開始時刻の概ね20分前から、試験に関する説明が始まる。

カ. 試験実施に関する試験委員の指示には、必ず従って行動すること。

キ. 服装等は、作業に支障のないものであること。

ク. 試験開始前に、試験問題が配布されるので、試験委員の指示に従って、次の作業を行うこと。

- (ア) 試験問題のページ数の確認
 - ・異常があった場合には、黙って手を挙げること。
- (イ) 試験問題表紙への「受験番号」及び「氏名」の記入
 - ・「受験番号」については、ハイフン「－」を入れること。
- (ウ) 試験委員の指示があるまで、機器類には手を触れないこと。

(2) 試験開始後関係

ア. 受験に当たっては、「3－5 試験用機材等」で指定したもの以外は使用できない。

イ. 試験委員の指示には、必ず従うこと。

なお、指示に従わないことにより、試験実施に支障が生じた場合には、「失格」となることがあるので、十分に注意すること。

ウ. 「試験開始」の合図で始めること。

エ. メモが必要な場合には、試験問題の余白又は裏面を使用すること。

オ. 試験中においては、次の事項に注意すること。

- (ア) 試験委員から指示がない限り、指定されたコンピュータのドライブ、ソフトウェアとフォルダ以外は使用しないこと。
- (イ) 印刷のかすれにより読みにくい文字等があった場合には、黙って手を挙げること。ただし、問題の内容、使用する機器の操作方法、ソフトウェアの内容に関する質問は受け付けない。

- (ウ) 手洗いに立ちたい場合には、黙って手を挙げ、試験委員の指示に従うこと。
- (エ) 用具等の貸し借りや私語は禁止とする。

カ. 試験用機材等は取扱いに注意し、損傷を与えないこと。

キ. 「試験終了時刻」までに、要求された解答を行うこと。

ク. 「試験終了時刻」前に、解答が完了し、試験を終える場合には、黙って手を挙げ、試験委員の指示に従うこと。

ケ. 「試験終了」の合図があったら、直ちに作業を止めること。

(3) 解答に当たっての注意事項

ア. 各課題の共通仕様

- (ア) A4縦方向で、特に指定のない限り、横書きとすること。
- (イ) 印字文字は、特に指定のない限り、初期設定(10.5ポイント・明朝体)のままとすること。
- (ウ) 入力文字は、特に指定のない限り、全角とすること。
- (エ) 読点は「、」を使用し、「,」は使用しないこと。
- (オ) 課題の中で指定する箇所に、「受験番号」及び「氏名」を全角で入力すること。ただし、「受験番号」についてはハイフン「-」を入れ、「氏名」については「ひらがな」で、姓と名とを続けて入力すること。また、「受験番号」と「氏名」との間には、全角1文字分のスペースを入れること。さらに、「ファイル名」については、全角で入力すること。
- (カ) 「課題1」の解答ファイルが保存されていない場合には、「失格」となるので、充分に注意すること。
- (キ) 解答ファイルが保存されていなかったり、「受験番号」「氏名」がない場合、大きな仕様誤り等のために所定の採点が行えない場合には、不合格相当の減点となることがある。

イ. 各課題の個別仕様

- (ア) 問題は、課題1～課題3の3課題で構成され、課題1から順に、各課題ごとの設問に従って解答すること。
- (イ) テキストファイルによる提供データファイルを用いる「課題2」においては、テキストエディタ(「メモ帳」等)を用いて当該ファイルをコピーし、それをワープロソフトの新規文書に貼り付けた上で解答することを原則とすること。
- (ウ) 「課題3」については、「課題1」及び「課題2」で保存したファイルを、所定のフォルダにコピーしてから解答すること。

ウ. その他

- (ア) 提供データ及び解答ファイルの保存場所については、試験委員から指示がある。
- (イ) 試験中における出力(プリントアウト)は、認めないこと。
- (ウ) 試験終了後、試験委員の指示により、各課題の解答用紙の出力(プリントアウト)を行うこと。ただし、印刷時にページ設定等を変更しないこと。
- (エ) 試験問題に示す<完成イメージ>は、試験問題作成PC環境において設問に従って解答した場合に表示されたもので、試験会場で使用するPC環境によっては異なる結果になる場合があること。

(4) 試験終了後関係

ア. 試験終了後は、試験委員の指示に従って、次のものを提出すること。

- ① 出力した解答用紙 ② 解答を格納した媒体 ③ 試験問題

イ. 持参した「試験問題概要」(本紙)は、各自で持ち帰ること。

3-5 試験用機材等

(1) 受験者が持参するもの

品 名	規 格 等	数 量	備 考
受験票		1	
1 級試験問題概要	本 紙	1	メモ等の記入のないものを持参すること
筆記用具	鉛筆、消しゴム等	一式	シャープペンシルでも可

(注) 持参するものは、上表に掲げるものに限る。

(2) 試験会場に準備されているもの

区 分	品 名	規 格 等	数 量	備 考
ハード 関 係	コンピュータ本体	・OS が正常に作動するもの ・OS 及びアプリケーションソフトがインストールされているもの	必要数	・受験者 1 名につき 1 ・パソコンシステムとして正常に作動するもの ・操作説明書は含まない
	記憶装置	・ハードディスク装置 ・CD-ROM ドライブ装置が付属のもの	必要数	受験者 1 名につき 1
	表示装置	・ディスプレイ	必要数	受験者 1 名につき 1
	入力装置	・キーボード及びマウス ・マウスはホイール又はスクロールボタン付き	必要数	受験者 1 名につき 1
	出力装置	・プリンタ ・A4 用紙が出力可能なもの	必要数	複数の受験者で共用可
ソフト 関 係	OS 本体	・試験に適したもの ・アプリケーションソフトが正常に作動するもの	必要数	受験者 1 名につき 1
	アプリケーションソフト等	・試験に適したもの	必要数	受験者 1 名につき 1
その他	試験問題		必要数	受験者 1 名につき一式
	出力用紙	・ A 4 8 枚／1 名	必要数	受験者 1 名につき一式
	CD 等		適 宜	・解答退避、保存用 ・必要に応じ
	机 等		必要数	
	椅 子		必要数	受験者 1 名につき 1
	時 計		必要数	1 会場(部屋)につき 1

(3) アプリケーションソフトの試験開始状態

区 分	設 定 内 容
文書書式の設定	・ 用紙サイズ：A 4 ・ 印刷の向き：縦方向
入力操作	・ フォント：明朝体（Microsoft 社製 Word を使用する場合は「MS 明朝」とすること。） プロポーショナルフォントは使用しないこと。 ・ フォントサイズ：10.5 ポイント
編 集	・ 文字体裁：文字の間隔を詰めないように設定しておくこと。 ・ 自動入力／設定機能：ソフトの機能によって、自動的に文字等が設定されるものは解除しておくこと。

(注) 上記以外については、既設定値のままとすること。

<Word 2016・Word 2019・Word 2021 の設定例>

リボン	表示されるダイアログ	設定内容
[レイアウト]タブ [ページ設定]ダイアログ ボックス起動	「文字数と行数」タブ 「フォントの設定」ダイアログボックス起動	「日本語用のフォント(T)」を「MS明朝」に設定 「英数字用のフォント(F)」を「MS明朝」 (または「日本語用と同じフォント」) に設定
[ホーム]タブ [フォント]ダイアログ ボックス起動	「詳細設定」タブ 「文字幅と間隔」	「カーニングを行う(K)」のチェックボックスを OFF 設定後、「既定に設定(D)」 「Normal テンプレートを使用したすべての文書(A)」の ボタンを ON
[ファイル]タブ [オプション]	「Word のオプション」の「文字体裁」	「文字体裁オプションの適用先(N)」を 「すべての新規文書」に設定後、 「文字間隔の調整」の 「間隔を詰めない(D)」ボタンを ON
	「Word のオプション」の「文章校正」の 「オートコレクトのオプション」の「オートコレクトの オプション」起動 起動後、「オートコレクト」タブ	「文の先頭文字を大文字にする」のチェックボックスを OFF
	「Word のオプション」の「文章校正」の 「オートコレクトのオプション」の「オートコレクトの オプション」起動 起動後、「入力オートフォーマット」タブ 「入力中に自動で変更する項目」	「インターネットとネットワークのアドレスをハイパーリンクに変更する」 のチェックボックスを OFF
	「Word のオプション」の「文章校正」の 「オートコレクトのオプション」の「オートコレクトの オプション」起動 起動後、「入力オートフォーマット」タブ 「入力中に自動で書式設定する項目」	以下の項目のチェックボックスを OFF ・「箇条書き(行頭文字)」 ・「箇条書き(段落番号)」 ・「結語のスタイル」
	「Word のオプション」の「文章校正」の 「オートコレクトのオプション」の「オートコレクトの オプション」起動 起動後、「入力オートフォーマット」タブ 「入力中に自動で行う処理」	以下の項目のチェックボックスを OFF ・「Tab/Space/BackSpace キーでインデントとタブの設定 を変更する」 ・「設定した書式を新規スタイルとして登録する」 ・「かっこを正しく組み合わせる」 ・「日本語と英数字の間の不要なスペースを削除する」 ・「'記'などに対応する'以上'を挿入する」 ・「頭語に対応する結語を挿入する」
	「Word のオプション」の「詳細設定」の 「表示」	「読みやすさよりもレイアウトを優先して、 文字の配置を最適化する」のチェックボックスを ON
※[ファイル]タブ [オプション]	「Word のオプション」の「リボンのユーザー 設定」	「リボンのユーザー設定」のリストから「メインタブ」を選択 選択後、「描画」のチェックボックスを OFF

※ Word2019、Word2021 のみ。

1 級 実 技 試 験

練 習 問 題 1

＜練習問題の解答に当たっての注意事項＞

1. 「3－4 試験当日の注意事項」の「(3) 解答に当たっての注意事項」に準じて解答すること。
2. あらかじめ決定した場所(例えば「デスクトップ」等)に、「提供データの保存場所」及び「解答」の2つのフォルダを作成後、「提供データの保存場所」フォルダ内に中央職業能力開発協会ホームページから必要な提供データをダウンロードし、保存した上で解答すること。

【課題 1】文書の作成

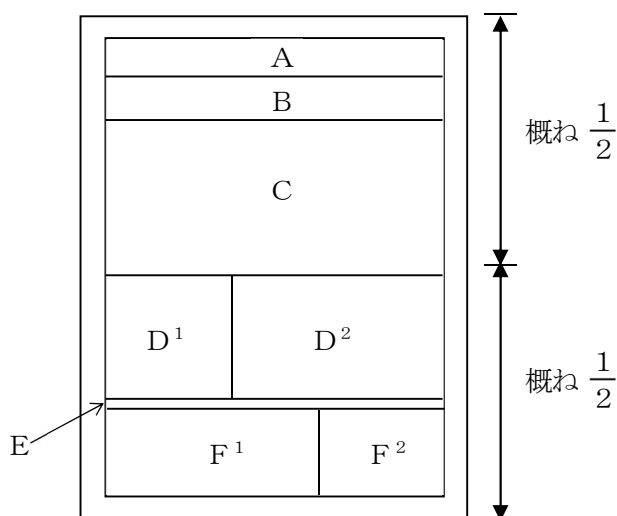
次の【レイアウト図】に基づき、以下の設問に従い、文書を作成しなさい。ただし、ページ設定等は次表のとおりとし、出力用紙1枚に収めること。

また、各設問において、＜仕様＞に示す内容以外のものについては、 $\boxed{\hspace{1cm}}$ 内に示すとおりとすること。

なお、【レイアウト図】に示す各領域で作成する内容は、印刷面の余白にはみ出さないこと。

印刷面の余白	上・下：20mm 左・右：15mm
1行の文字数	50字

【レイアウト図】



設問 1 領域「A」の作成

次の＜仕様＞に従い、 $\boxed{\hspace{1cm}}$ 内に示すものを入力すること（ $\boxed{\hspace{1cm}}$ は入力しないこと）。

＜仕 様＞

区 分	設定内容
入力文字	スーパーフード！抹茶のヒミツ
フォント等	ゴシック体・18ポイント、文字色：紫色系
文字の配置	右寄せ
背景色	オレンジ色系

スーパーフード！抹茶のヒミツ

< 1 級課題 1 P 1 >

設問2 領域「B」の作成

次の「」内に示すものを入力すること(「」は入力しないこと)。

なお、2行目のルビについては、「明朝体・5ポイント」とすること。

挽いた茶葉をそのまま溶かして飲む抹茶は、茶葉に含まれる豊富な栄養素を余すことなく体内に取り入れることができます。抹茶にはポリフェノールや食物繊維、脂溶性ビタミン^{しやうせい}などが多く含まれており、その高い健康効果から、スーパーフードと称されることもあります。日本のみならず、世界からも注目されている抹茶のヒミツに迫っていきましょう。

< 1 級課果是頁 1 P 1 >

設問3 領域「C」の作成

次の<仕様>に従い、[]内に示すものを入力すること（[]は入力しないこと）。

<仕 様>

1. スタイルの設定

区 分	設定内容
入力文字	●抹茶の特徴
スタイル名	スタイルA
フォント等	丸ゴシック体・12ポイント、文字色：緑色系

2. 表の設定



区 分	設定内容
1行目 「成分」～「効果・効能」	背景色：黄色系
1列目 「抗酸化物質」～「テアニン」	文字の配置：縦方向センタリング
10行目 「抹茶と煎茶（緑茶）との違いとは？」	背景色：黄色系
11行目 「抹茶」～「煎茶（緑茶）」	文字の配置：センタリング
1列目 「栽培方法」～「成分・味」	文字の配置：縦方向センタリング
左右両端の縦罫線	余白との境界（紙端から概ね15mm）の位置
線 種	[]内の表に示すとおり

●抹茶の特徴

成分		効果・効能
抗酸化物質	カ テ キ ン (茶 カ テ キ ン)	コレステロールや糖の吸収を抑制するはたらきがあり、基礎代謝を向上させて体脂肪の燃焼を助けます。 抗菌・抗ウイルス作用もあるため、風邪や食中毒の予防に役立ちます。
	β - カ ロ テ ン	体内で必要に応じてビタミンAに変換されるβ-カロテンは、動脈硬化や老化の予防に効果があります。 また、目の機能を正常に保つことや、粘膜などの健康維持に寄与しています。
	テ ア ニ ン	気分をリラックスさせ、睡眠の質を高めるはたらきがあります。 筋肉を弛緩させて血管を拡張する効果があるため、冷え性改善に役立ちます。
抹茶と煎茶（緑茶）との違いとは？		
	抹茶	煎茶（緑茶）
栽培方法	一定期間、茶の木に覆いを被せ、茶葉に日光が当たらないようにして栽培する。	日光を十分に当てて栽培する。
製造工程	茶葉を揉まずに乾燥させ、臼などで挽く。	茶葉を揉んだ後、乾燥させる。
成分・味	テアニンなどのアミノ酸が多く含まれており、甘みと渋みのバランスが良い。	カテキンが多く含まれており、苦みが強い。

< 1 級課題 1 P 1 >

設問4 領域「D」の作成



1. 領域「D」に、次の＜仕様＞に従い、内に示すものを入力すること（は入力しないこと）。

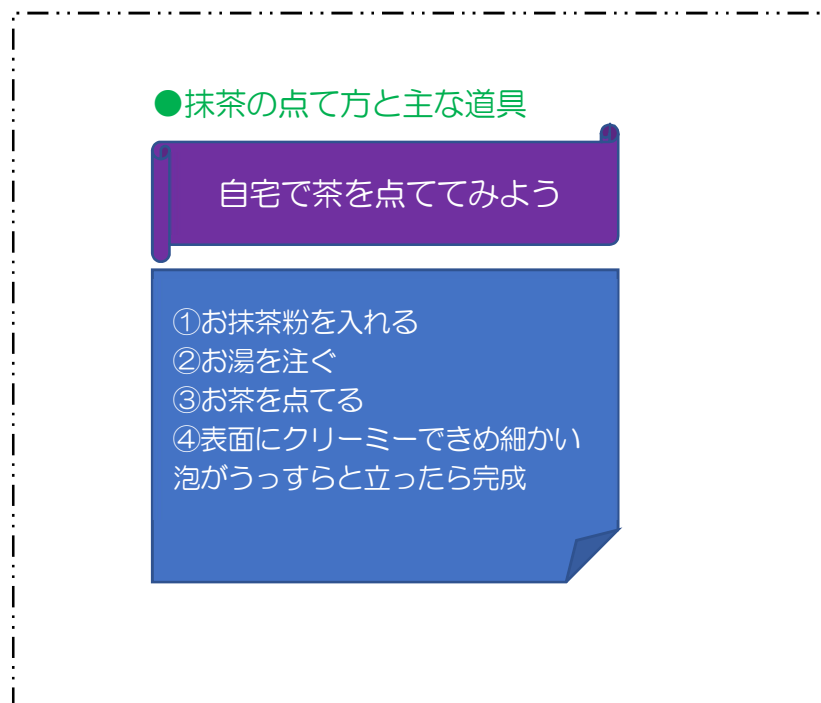
＜仕 様＞

(1) スタイルの設定

区 分	設定内容
入力文字	●抹茶の点て方と主な道具
スタイル	設問3で設定した「スタイルA」を適用

(2) 図の設定

区 分		設定内容
「自宅で茶を点ててみよう」		フォント等：丸ゴシック体・12ポイント
「自宅で茶を点ててみよう」を表す横巻き 		背景色：紫色系
「①お抹茶粉を入れる～泡がうっすらと立ったら完成」		フォント等：丸ゴシック体 文字の配置：左寄せ
図全体	形状・線種等	 内に示すとおり
	「自宅で茶を点ててみよう」を表す図形の左端の線	余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置

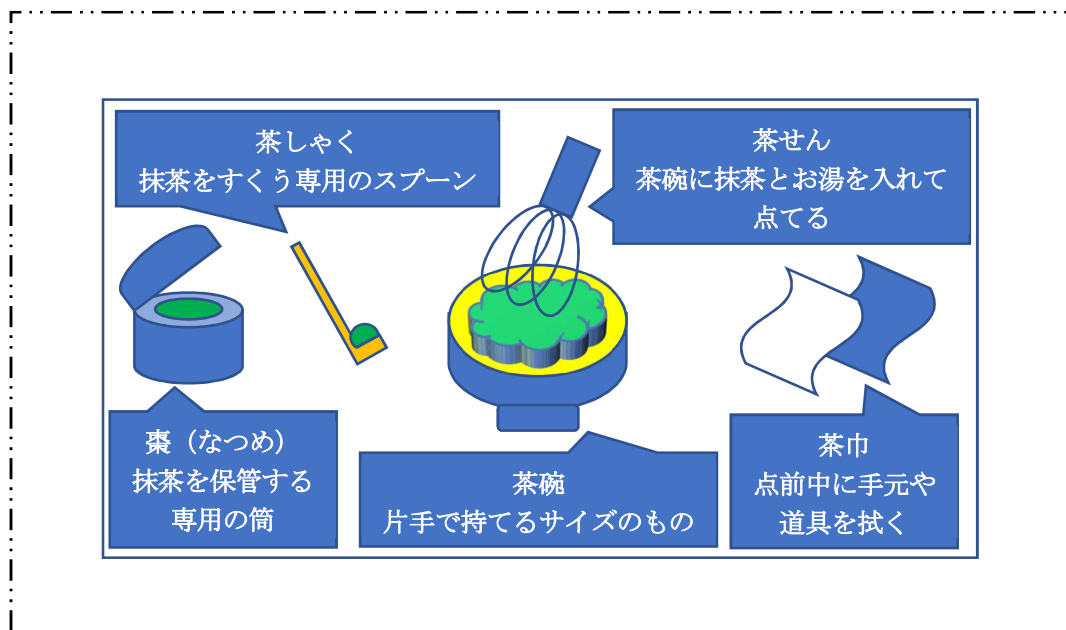


< 1 級課題 1 P 1 >

2. 領域「D²」に、次の<仕様>に従い、[]内に示すものを入力すること（[]は入力しないこと）。

<仕 様>

区 分		設定内容
四角形吹き出し [] 内の文字列（5つ）		フォント等：10ポイント
棗（なつめ）の内側にある抹茶を表す楕円 ○		背景色：緑色系
茶しゃくを表すL字 L		背景色：オレンジ色系
茶しゃくですくった抹茶を表す弦 〰		背景色：緑色系
茶せんを表す楕円 ○（3つ）		背景色：塗りつぶしなし
茶碗の内側にある抹茶を表す雲 ☁		3D 背景色：緑色系
茶碗の内側を表す楕円 ○		背景色：黄色系
前面の茶巾を表す波線 〰		背景色：白
図 全 体	形状・線種等	[] 内に示すとおり
	外枠の右端の線	余白との境界（紙端から概ね15mm） の位置



< 1 級 課 果 是 頁 1 P 1 >

設問5 領域「E」の作成

次の<仕様>に従い、入力すること。

<仕 様>


区 分	設定内容
入力文字	茶道の歴史と心得
フォント等	ゴシック体・14ポイント、文字色：赤色系
文字の配置	センタリング

設問6 領域「F」の作成

1. 領域「F」に、次の<仕様>に従い、[]内に示すものを入力し、全体を図で囲むこと（[]は入力しないこと）。

なお、文字の折り返しについては、【レイアウト図】に沿ったものとなるようにすること。

<仕 様>

区 分	設定内容
文章方向	横書き
文章全体のフォント等	丸ゴシック体・9ポイント
全 体 を 囲 む 図	形状・線種等 次に示すもの 
	左端の影の線 余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置
	下端の影の線 余白との境界(紙端から概ね20mm)の位置

茶道の起源は、平安時代にまでさかのぼると考えられています。遣唐使らによって日本に喫茶の文化がもたらされ、鎌倉時代にその習慣が広まっていきました。室町時代になると、茶の湯に禅の精神を取り入れた「わび茶」が誕生し、その後、千利休が確立させました。

「わび茶」の誕生以前は、華やかな茶室・茶道具が好まれていましたが、精神性を尊ぶ美学が広まるにつれて、清楚かつ簡素な場において静かに自らの心と向き合う茶道の形が定着していきました。このような精神は、現在の茶道の礎となっています。

< 1 級課題 1 P 1 >

2. 領域「F²」に、次の<仕様>に従い、[]内に示すものを入力し、全体を図で囲むこと（[]は入力しないこと）。

なお、文字の折り返しについては、【レイアウト図】に沿ったものとなるようにすること。

<仕 様>

区 分		設定内容	
文章方向		縦書き	
文章のフォント等		1行目「利休四規」	ゴシック体・12ポイント
		2行目以降「茶の湯を大成させた千利休～大切な考え方です。」	10ポイント
全 体 を 囲 む 図	形状・線種等	次に示すもの 	
	背景色	水色系で左から右に向かって薄くなるグラデーション	
	右端の線	余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置	
	下端の線	余白との境界(紙端から概ね20mm)の位置	

利休四規

茶の湯を大成させた千利休は、茶道における心得を次の四つの漢字で説きました。

和…互いに心を開くこと

敬…互いに敬い合うこと

清…清い心を持つこと

寂…動じない心を持つこと

これらは、茶道を修練する上でとても大切な考え方です。

設問7 ヘッダーの設定

次の<仕様>に従い、ヘッダーの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分		設定内容
ヘッダー	入力文字	受験番号(全角) 氏名(ひらがな)
	配 置	左 側

設問8 文書の保存

次の<仕様>に従い、文書を保存すること。

<仕 様>

区 分	設定内容
保存場所	指定された「解答」フォルダ
ファイル名(全角)	課題1P1

< 1 級課題 2 P 1 >

【課題 2】 文書の編集・校正

次の設問に従い、課題 2 の最後の【完成イメージ】に示すとおりに文書を完成させなさい。ただし、取り込むファイル、ページ設定等は、次表のとおりとする。

なお、文字づかい、インデント、オブジェクトの設定、レイアウト等は、すべて【完成イメージ】のとおりとすること。

取り込むファイル	「提供データの保存場所」にある 「提供 1 2 1. txt」
印刷面の余白	上・下：2 0 mm 左・右：2 0 mm
1 行の文字数	5 0 字

設問 1 文書の修正

■■■■印の箇所を修正すること。

設問 2 置換の設定

次の<仕様>に従い、文書中の語句を置き換えること。

<仕 様>

対象語句	置換え後の語句
ユーカリの木	チャノキ

設問 3 文字・段落書式の設定

次の<仕様>に従い、設定を行うこと。

<仕 様>

1. スタイルの設定

対象箇所	スタイル名	設定内容
「代表的なお茶の種類と特徴」 「様々なお茶の活用方法」	スタイル B	・フォント等：丸ゴシック体、 1 4 ポイント ・文字色：紫色系
「<玉露>」 「<煎茶>」 「<ほうじ茶>」 「<玄米茶>」 「<ウーロン茶>」 「<紅茶>」 「☆フレーバーティー」 「☆茶外茶」 「☆料理で使われるお茶」	スタイル C	・フォント等：ゴシック体、 1 2 ポイント ・文字色：オレンジ色系

< 1 級課題 2 P 1 >

2. 書式の設定

対象箇所		設定内容
【完成イメージ】の 1 ページ目の 1 行目	「奥深いお茶の世界」	・ フォント等：丸ゴシック体、 20 ポイント ・ 文字色：紫色系 ・ 背景色：緑色系 ・ 文字の配置：センタリング
【完成イメージ】の 1 ページ目の 2～4 行目	「お茶はチャノキの葉 ～楽しみましょう。」	・ 行間：1.5 行

(注) 行数については、「行あけ」を含めずカウントしたものとする。

設問 4 脚注の挿入

次の<仕様>に従い、【完成イメージ】に示すとおりに脚注を挿入すること。ただし、入力文字(「※」印を含む)のフォントは明朝体とし、フォントサイズは9ポイントとすること。

<仕 様>

対象語句	入力文字
加工方法	茶葉の発酵度合いで分類される。発酵が進むにつれて葉緑素が壊され、緑色から茶色、褐色へと変化する。

設問 5 画像の貼付け

次の<仕様>に従い、【完成イメージ】に示す位置に図枠を作成し、その枠内に「提供データの保存場所」にある指示された画像ファイルを貼り付けること。

<仕 様>

図枠名	設定内容	画像ファイル名
図枠①	図枠線：青色系、枠内：黄色系	画像 1 1. jpg
図枠②	図枠線：青色系、枠内：オレンジ色系	画像 2 1. jpg
図枠③	図枠線：青色系、枠内：緑色系	画像 3 1. jpg

設問 6 ヘッダーの設定

次の<仕様>に従い、ヘッダーの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分		設定内容
ヘッダー	入力文字	受験番号(全角) 氏名(ひらがな)
	配 置	左 側

設問 7 文書の保存

次の<仕様>に従い、文書を保存すること。

<仕 様>

区 分	設定内容
保存場所	指定された「解答」フォルダ
ファイル名(全角)	課題 2 P 1

奥深いお茶の世界

お茶はチャノキの葉から作られますが、製造工程や加工方法※によって多くの種類に分かれます。また、飲用としてはもちろん、料理のアクセントとして使われたり、肥料として活用されたりと、その用途は様々です。お茶の知識を身につけ、いつものお茶をより楽しみましょう。

代表的なお茶の種類と特徴

<玉露>

玉露は数あるお茶のなかでも最高級品にあたる品種です。ビタミンCやビタミンEが豊富に含まれており、リラックス効果があるといわれています。しかし、玉露には多量のカフェインが含まれているため、飲み過ぎには注意が必要です。

図枠①

<煎茶>

一般的に飲まれている「緑茶」とは、この煎茶を指すことがほとんどです。煎茶の主成分であるポリフェノールには、コレステロール値や血糖値、血圧を下げる効果があるため、高血圧や糖尿病予防への効果が期待できます。

<ほうじ茶>

茶葉を加工する過程で焙煎する工程を加えているため、香ばしさのある爽やかな口当たりが特徴です。茶葉を焙煎することによってカフェインなどの成分が昇華し、お茶特有の苦み・渋みを取り除かれているため、お茶があまり得意ではない人でも楽しめます。

<玄米茶>

煎茶のさっぱりとした味わいとお米の香ばしさが混ざった風味が特徴的なお茶で、緑茶と玄米それぞれの栄養素を摂取することができます。風邪予防や脂肪の分解に役立つカテキン、リラックス効果のあるテアニン、美白効果や抗酸化作用があるビタミンCなどがバランスよく摂取できます。

図枠②

<ウーロン茶>

深い香りを楽しむことができるお茶です。ウーロン茶特有の成分であるウーロン茶ポリフェノールには、中性脂肪の燃焼を助ける効果や血液中のコレステロールを減少させる効果、虫歯や口臭を予防する効果があります。

<紅茶>

世界中の多くの地域で親しまれており、香り高く、芳醇な味わいが特徴です。生産地の気候や栽培環境によって品質や香味が異なり、ダージリンやアッサム、キーマンなど多くの品種があります。いくつかの紅茶の茶葉を組み合わせたブレンドティーも人気が高く、色々な種類を飲み比べてみるのも楽しみの一つだといえます。

※ 茶葉の発酵度合いで分類される。発酵が進むにつれて葉緑素が壊され、緑色から茶色、褐色へと変化する。

様々なお茶の活用方法

茶 葉そのものの味や香りを楽しむお茶以外にも、茶葉に色々な材料を加えてつくったフレーバーティーや、チャノキ以外の植物などからつくった嗜好飲料（茶外茶）なども存在しています。また、料理やお菓子の材料として茶葉を活用しているレシピも数多くあります。最近では、お茶を使った石けんや化粧品なども人気があるようです。

図枠③

☆フレーバーティー

紅茶や煎茶に花びらを加えた花茶や、紅茶に牛乳・砂糖・カルダモンなどの香辛料を加えたマサラチャイ、紅茶にレモン・牛乳・砂糖を加えたレモンティーなどがあります。

タイでは、強く発酵させた茶葉にコンデンスミルク（加糖練乳）や砂糖などを加えて飲む、チャーイェンというタイ式ミルクティーが人気です。タイではとてもポピュラーな飲み方で、多くの人々に親しまれています。

アールグレイは紅茶の茶葉の一種であると思われがちですが、実はダーズリンやディンブラなどにベルガモットの香りがついたフレーバーティーです。茶葉との組み合わせによりその香りや風味が異なるため、自分好みのものを探すことができます。

☆茶外茶

チャノキの葉を使用しない嗜好飲料（茶外茶）も含めて“お茶”と呼ぶことがあります。多くはチャノキ以外の植物の葉や茎、果実などを乾燥させたものを煎じて使用します。代表的なものとしては、麦茶、ハトムギ茶、そば茶、甜茶、杜仲茶、ルイボス茶、ドクダミ茶、ゆず茶、昆布茶などが挙げられます。また、幅広い世代から人気があるハーブティーも、茶外茶に含まれます。

日本でも広く親しまれている麦茶は、大麦の種子を煎じたもので、カフェインが含まれていないため幼児の飲料としても適しています。また、体温を下げて血流を改善する効果でも知られています。そば茶も穀物を原料としており、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の予防・改善に効果があるといわれています。

☆料理で使用されるお茶

お茶（特に緑茶）を料理に使用することで、お茶に含まれているカテキンやテアニンなどの健康に良いとされている成分を、直接摂取することができます。また、魚や肉の臭みを抑える成分も含まれているため、ハーブのように使うこともできます。

お茶漬け、茶粥、茶そばはおなじみですが、抹茶ババロアや抹茶ソフトクリームなど、抹茶の風味を加えたスイーツも数多くあります。最近では、水の代わりにお茶を使用する炊き込みご飯や、緑茶を混ぜて作るカレーなど、お茶を活用した様々なレシピが開発されており、生地に緑茶や抹茶を練り込んだパンやパスタも人気があります。

【課題 3】複数文書の編集・管理

【課題 1】及び【課題 2】で作成した文書を合わせて、以下の【ページ構成】のとおり to 1 つの文書ファイルにしてください。ただし、個別の仕様については、次の設問に従うこと。

なお、本課題の実施に当たっては、【課題 1】及び【課題 2】で作成した文書ファイルを、指定された「解答」フォルダの中にある「課題 3」フォルダにコピーし、使用すること。

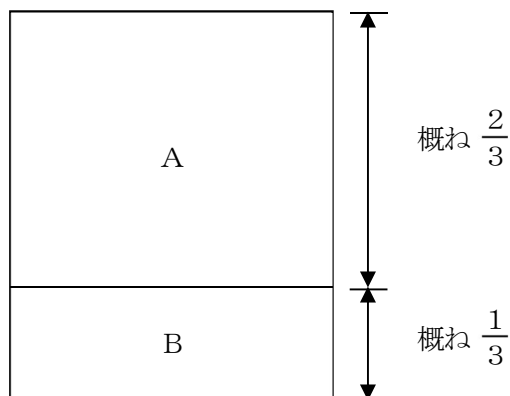
【ページ構成】

表 紙	目 次	【課題 1】の 保存文書を コピーしたもの	【課題 2】の 保存文書を コピーしたもの 1 ページ目	【課題 2】の 保存文書を コピーしたもの 2 ページ目
	1	2	3	4

設問 1 表紙の作成

1. 次の【レイアウト図】に基づき、表紙を作成すること。

【レイアウト図】



< 1 級課題 3 P 1 >

2. 領域「A」に、次の<仕様>に従い、タイトル部を作成すること。

<仕 様>

区 分		設定内容
タ イ ト ル	入力文字	お茶の魅力とおいしさの秘密
	フォント	ポップ体
	文字のデザイン	(形状：アーチ状) お茶の魅力と おいしさの秘密
	サイズ	任 意
	色	任 意
	配 置	センタリング
サ ブ タ イ ト ル	入力文字	～伝統文化を知ろう～
	フォント等	丸ゴシック体・26ポイント、太字
	色	任 意
	配 置	・タイトルの下 ・センタリング
背 景	貼付けファイル	「提供データの保存場所」にある画像ファイル「背景1.jpg」
	配置等	・透かし(ウォッシュアウト等)でタイトル(サブタイトル含む)背面へ ・タイトル(サブタイトル含む)の全体をカバーするようにセンタリング

3. 領域「B」に、次の<仕様>に従い、[]内の文字を入力すること([]は入力しないこと)。

<仕 様>

対象箇所		設定内容
入力文字全体	フォント	ゴシック体
	色	任 意
	配 置	右寄せ
「お茶と茶文化を振興する会」部分		フォントサイズ等：16ポイント
「TEL:123-4567 FAX:123-9999」部分		半 角

お茶と茶文化を振興する会

TEL:123-4567
FAX:123-9999

< 1 級課題 3 P 1 >

設問2 目次の作成

次の<仕様>に従い、下図のように目次を設定すること。

目次	
目次項目 1	○
目次項目 2	○
目次項目 3	○

<仕 様>

区 分		設定内容
目次ページ挿入箇所		表紙の次ページ
入力文字	入力文字	目次
	フォント等	ゴシック体・12ポイント
	配 置	1行目・センタリング
目次項目の設定		目次項目1：スタイル「スタイルA」 目次項目2：スタイル「スタイルB」 目次項目3：スタイル「スタイルC」
リーダー		有り(線種は任意)
ページ番号		右揃えに表示
目次項目及びページ番号のフォント		ゴシック体

< 1 級 課 題 3 P 1 >

設問3 ヘッダー、フッターの設定

次の<仕様>に従い、ヘッダー、フッターの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分		設定内容
ヘッダー	対象ページ	全ページ
	入力文字	受験番号(全角) 氏名(ひらがな) お茶の魅力とおいしさの秘密
	配 置	左 側 右 側
フッター	対象ページ	表紙を除くすべてのページ
	設 定	ページ番号 (書式：半角)
	配 置	センタリング
	位 置	紙端から概ね10mmの位置

設問4 ハイパーリンクの設定

次の<仕様>に従い、ハイパーリンクの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分	設定内容	
リンク元	2ページ目の 2行目	「豊富な栄養素」
リンク先	3ページ目の 5行目のタイトル部	「代表的なお茶の種類と特徴」

(注) 行数については、「行あけ」を含めずカウントしたものとする。

設問5 文書の保存

次の<仕様>に従い、文書を保存すること。

<仕 様>

区 分		設定内容
目次ページの更新		設問3で設定したページ番号を目次ページに反映
保 存	保存場所	指定された「解答」フォルダにある「課題3」フォルダ
	ファイル名(全角)	課題3 P 1

奥深いお茶の世界

お茶はユーカリの木葉から作られますが、製造工程や加工方法によって多くの種類に分かれます。また、飲用としてはもちろん、料理のアクセントとして使われたり、肥料として活用されたりと、その用途は様々です。お茶の知識を身につけ、いつものお茶をより楽しみましょう。

代表的なお茶の種類と特徴

<玉露>

玉露は数あるお茶のなかでも最高級品にあたる品種です。ビタミンCやビタミンEが豊富に含まれており、リラックス効果があるといわれています。しかし、玉露には多量のカフェインが含まれているため、飲み過ぎには注意が必要です。

<煎茶>

一般的に飲まれている「緑茶」とは、この煎茶を指すことがほとんどです。煎茶の主成分であるポリフェノールには、コレステロール値や血糖値、血圧を下げる効果があるため、高血圧や糖尿病予防への効果が期待できます。

<ほうじ茶>

茶葉を加工する過程で焙煎する工程を加えているため、香ばしさのある爽やかな口当たりが特徴です。茶葉を焙煎することによって鉄分などの成分が昇華し、お茶特有の苦み・渋みを取り除かれているため、お茶があまり得意ではない人でも楽しめます。

<玄米茶>

煎茶のさっぱりとした味わいとお米の香ばしさが混ざった風味が特徴的なお茶で、緑茶と玄米それぞれの栄養素を摂取することができます。風邪予防や脂肪の分解に役立つカテキン、リラックス効果のあるテアニン、美白効果や抗酸化作用があるビタミンCなどがバランスよく摂取できます。

<ウーロン茶>

深い香りを楽しむことができるお茶です。ウーロン茶特有の成分であるウーロン茶ポリフェノールには、中性脂肪の燃焼を助ける効果や血液中のコレステロールを減少させる効果、虫歯や口臭を予防する効果があります。

<紅茶>

世界中の多くの地域で親しまれており、香り高く、芳醇な味わいと豊かな風味が特徴です。生産地の気候や栽培環境によって品質や香味が異なり、ダージリンやアッサム、キーマンなど多くの品種があります。いくつかの紅茶の茶葉を組み合わせたブレンドティーも人気が高く、色々な種類を飲み比べてみるのも楽しみの一つだといえます。

様々なお茶の活用方法

茶葉そのものの味や香りを楽しむお茶以外にも、茶葉に色々な材料を加えてつくったフレーバーティーや、ユーカリの木以外の植物などからつくった嗜好飲料（茶外茶）なども存在しています。また、料理やお菓子の材料として茶葉を活用しているレシピも数多くあります。最近では、お茶を使った石けんや化粧品なども人気があるようです。

☆フレーバーティー

紅茶や煎茶に花びらを加えた花茶や、紅茶に牛乳・砂糖・カルダモンなどの香辛料を加えたマサラチャイ、紅茶にレモン・牛乳・砂糖を加えたレモンティーなどがあります。タイでは、強く発酵させた茶葉にコンデンスミルク（加糖練乳）や砂糖などを加えて飲む、チャーイェンというタイ式ミルクティーが人気です。タイではとてもポピュラーな飲み方で、多くの人々に親しまれています。

アールグレイは紅茶の茶葉の一種であると思われるがちですが、実はダージリンやディンブラなどにベルガモットの香りがついたフレーバーティーです。茶葉との組み合わせによりその香りや風味が異なるため、自分好みのものを探することができます。

☆茶外茶

ユーカリの木葉を使用しない嗜好飲料（茶外茶）も含めて“お茶”と呼ぶことがあります。多くはユーカリの木以外の植物の葉や茎、果実などを乾燥させたものを煎じて使用します。代表的なものとしては、麦茶、ハトムギ茶、そば茶、甜茶、杜仲茶、ルイボス茶、ドクダミ茶、ゆず茶、昆布茶などが挙げられます。また、幅広い世代から人気があるハーブティーも、茶外茶に含まれます。

日本でも広く親しまれている麦茶は、大麦の種子を煎じたもので、カフェインが含まれていない

め幼児の飲料としても適しています。また、体温を下げて血流を改善する効果でも知られています。そば茶も穀物を原料としており、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の予防・改善に効果があるといわれています。

☆料理で使われるお茶

お茶（特に緑茶）を料理に使用することで、お茶に含まれているカテキンやテアニンなどの健康に良いとされている成分を、直接摂取することができます。また、魚や肉の臭みを抑える成分も含んでいるため、ハーブのように使うこともできます。

お茶漬け、茶粥、茶そばはおなじみですが、抹茶ババロアや抹茶ソフトクリームなど、抹茶の風味を加えたスイーツも数多くあります。最近では、水の代わりにお茶を使用する炊き込みご飯や、緑茶を混ぜて作るカレーなど、お茶を活用した様々なレシピが開発されており、生地に練り込んだパンやパスタも人気があります。

< 1 級課題 2 P 1 提供画像 >



画像 1 1 . jpg



画像 2 1 . jpg



画像 3 1 . jpg



背景 1 . jpg



お茶と茶文化を振興する会

TEL:123-4567

FAX:123-9999

目次

●抹茶の特徴	2
●抹茶の点て方と主な道具.....	2
代表的なお茶の種類と特徴.....	3
＜玉露＞	3
＜煎茶＞	3
＜ほうじ茶＞	3
＜玄米茶＞	3
＜ウーロン茶＞	3
＜紅茶＞	3
様々なお茶の活用方法.....	4
☆フレーバーティー	4
☆茶外茶	4
☆料理で使用されるお茶.....	4

スーパーフード！抹茶のヒミツ

挽いた茶葉をそのまま溶かして飲む抹茶は、茶葉に含まれる豊富な栄養素を余すことなく体内に取り入れることができます。抹茶にはポリフェノールや食物繊維、脂溶性ビタミンなどが多く含まれており、その高い健康効果から、スーパーフードと称されることもあります。日本のみならず、世界からも注目されている抹茶のヒミツに迫っていきましょう。

●抹茶の特徴

成分		効果・効能
抗酸化物質	カテキン (茶カテキン)	コレステロールや糖の吸収を抑制するはたらきがあり、基礎代謝を向上させて体脂肪の燃焼を助けます。 抗菌・抗ウイルス作用もあるため、風邪や食中毒の予防に役立ちます。
	β-カロテン	体内で必要に応じてビタミンAに変換されるβ-カロテンは、動脈硬化や老化の予防に効果があります。 また、目の機能を正常に保つことや、粘膜などの健康維持に寄与しています。
	テアニン	気分をリラックスさせ、睡眠の質を高めるはたらきがあります。 筋肉を弛緩させて血管を拡張する効果があるため、冷え性改善に役立ちます。
抹茶と煎茶(緑茶)との違いとは？		
	抹茶	煎茶(緑茶)
栽培方法	一定期間、茶の木に覆いを被せ、茶葉に日光が当たらないようにして栽培する。	日光を十分に当てて栽培する。
製造工程	茶葉を揉まずに乾燥させ、臼などで挽く。	茶葉を揉んだ後、乾燥させる。
成分・味	テアニンなどのアミノ酸が多く含まれており、甘みと渋みのバランスが良い。	カテキンが多く含まれており、苦みが強い。

●抹茶の点て方と主な道具

自宅で茶を点ててみよう

①お抹茶粉を入れる
②お湯を注ぐ
③お茶を点てる
④表面にクリーミーできめ細かい泡がうっすらと立ったら完成

茶しゃく
抹茶をすくう専用のスプーン

棗(なつめ)
抹茶を保管する専用の筒

茶碗
片手で持てるサイズのもの

茶せん
茶碗に抹茶とお湯を入れて点てる

茶巾
点前中に手元や道具を拭く

茶道の歴史と心得

茶道の起源は、平安時代にまでさかのぼると考えられています。遣唐使らによって日本に喫茶の文化がもたらされ、鎌倉時代にその習慣が広まっていきました。室町時代になると、茶の湯に禅の精神を取り入れた「わび茶」が誕生し、その後、千利休が確立させました。

「わび茶」の誕生以前は、華やかな茶室・茶道具が好まれていましたが、精神性を尊ぶ美学が広まるにつれて、清楚かつ簡素な場において静かに自らの心と向き合う茶道の形が定着していきました。このような精神は、現在の茶道の礎となっています。

利休四規

茶の湯を大成させた千利休は、茶道における心得を次の四つの漢字で説きました。

和…互いに心を開くこと
敬…互いに敬い合うこと
清…清い心を持つこと
寂…動じない心を持つこと

これらは、茶道を修練する上でとても大切な考え方です。

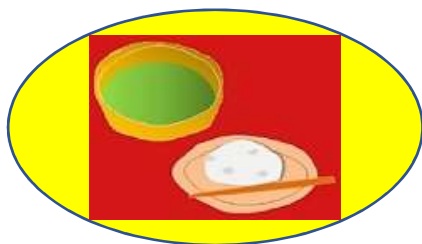
奥深いお茶の世界

お茶はチャノキの葉から作られますが、製造工程や加工方法※によって多くの種類に分かれます。また、飲用としてはもちろん、料理のアクセントとして使われたり、肥料として活用されたりと、その用途は様々です。お茶の知識を身につけ、いつものお茶をより楽しみましょう。

代表的なお茶の種類と特徴

＜玉露＞

玉露は数あるお茶のなかでも最高級品にあたる品種です。ビタミンCやビタミンEが豊富に含まれており、リラックス効果があるといわれています。しかし、玉露には多量のカフェインが含まれているため、飲み過ぎには注意が必要です。



＜煎茶＞

一般的に飲まれている「緑茶」とは、この煎茶を指すことがほとんどです。煎茶の主成分であるポリフェノールには、コレステロール値や血糖値、血圧を下げる効果があるため、高血圧や糖尿病予防への効果が期待できます。

＜ほうじ茶＞

茶葉を加工する過程で焙煎する工程を加えているため、香ばしさのある爽やかな口当たりが特徴です。茶葉を焙煎することによってカフェインなどの成分が昇華し、お茶特有の苦み・渋みを取り除かれているため、お茶があまり得意ではない人でも楽しめます。

＜玄米茶＞

煎茶のさっぱりとした味わいとお米の香ばしさが混ざった風味が特徴的なお茶で、緑茶と玄米それぞれの栄養素を摂取することができます。風邪予防や脂肪の分解に役立つカテキン、リラックス効果のあるテアニン、美白効果や抗酸化作用があるビタミンCなどがバランスよく摂取できます。

＜ウーロン茶＞

深い香りを楽しむことができるお茶です。ウーロン茶特有の成分であるウーロン茶ポリフェノールには、中性脂肪の燃焼を助ける効果や血液中のコレステロールを減少させる効果、虫歯や口臭を予防する効果があります。



＜紅茶＞

世界中の多くの地域で親しまれており、香り高く、芳醇な味わいが特徴です。生産地の気候や栽培環境によって品質や香味が異なり、ダージリンやアッサム、キーマンなど多くの品種があります。いくつかの紅茶の茶葉を組み合わせたブレンドティーも人気が高く、色々な種類を飲み比べてみるのも楽しみの一つだといえます。

※ 茶葉の発酵度合いで分類される。発酵が進むにつれて葉緑素が壊され、緑色から茶色、褐色へと変化する。

様々なお茶の活用方法

茶 葉そのものの味や香りを楽しむお茶以外にも、茶葉に色々な材料を加えてつくったフレーバーティーや、チャノキ以外の植物などからつくった嗜好飲料（茶外茶）なども存在しています。また、料理やお菓子の材料として茶葉を活用しているレシピも数多くあります。最近では、お茶を使った石けんや化粧品なども人気があるようです。



☆フレーバーティー

紅茶や煎茶に花びらを加えた花茶や、紅茶に牛乳・砂糖・カルダモンなどの香辛料を加えたマサラチャイ、紅茶にレモン・牛乳・砂糖を加えたレモンティーなどがあります。

タイでは、強く発酵させた茶葉にコンデンスミルク（加糖練乳）や砂糖などを加えて飲む、チャーイェンというタイ式ミルクティーが人気です。タイではとてもポピュラーな飲み方で、多くの人々に親しまれています。

アールグレイは紅茶の茶葉の一種であると思われがちですが、実はダーズリンやディンブラなどにベルガモットの香りがついたフレーバーティーです。茶葉との組み合わせによりその香りや風味が異なるため、自分好みのものを探すことができます。

☆茶外茶

チャノキの葉を使用しない嗜好飲料（茶外茶）も含めて“お茶”と呼ぶことがあります。多くはチャノキ以外の植物の葉や茎、果実などを乾燥させたものを煎じて使用します。代表的なものとしては、麦茶、ハトムギ茶、そば茶、甜茶、杜仲茶、ルイボス茶、ドクダミ茶、ゆず茶、昆布茶などが挙げられます。また、幅広い世代から人気があるハーブティーも、茶外茶に含まれます。

日本でも広く親しまれている麦茶は、大麦の種子を煎じたもので、カフェインが含まれていないため幼児の飲料としても適しています。また、体温を下げて血流を改善する効果でも知られています。そば茶も穀物を原料としており、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の予防・改善に効果があるといわれています。

☆料理で使用されるお茶

お茶（特に緑茶）を料理に使用することで、お茶に含まれているカテキンやテアニンなどの健康に良いとされている成分を、直接摂取することができます。また、魚や肉の臭みを抑える成分も含まれているため、ハーブのように使うこともできます。

お茶漬け、茶粥、茶そばはおなじみですが、抹茶ババロアや抹茶ソフトクリームなど、抹茶の風味を加えたスイーツも数多くあります。最近では、水の代わりにお茶を使用する炊き込みご飯や、緑茶を混ぜて作るカレーなど、お茶を活用した様々なレシピが開発されており、生地に緑茶や抹茶を練り込んだパンやパスタも人気があります。

1 級 実 技 試 験

練 習 問 題 2

＜練習問題の解答に当たっての注意事項＞

1. 「3－4 試験当日の注意事項」の「(3) 解答に当たっての注意事項」に準じて解答すること。
2. あらかじめ決定した場所(例えば「デスクトップ」等)に、「提供データの保存場所」及び「解答」の2つのフォルダを作成後、「提供データの保存場所」フォルダ内に中央職業能力開発協会ホームページから必要な提供データをダウンロードし、保存した上で解答すること。

< 1 級課題 1 P 2 >

【課題 1】 文書の作成

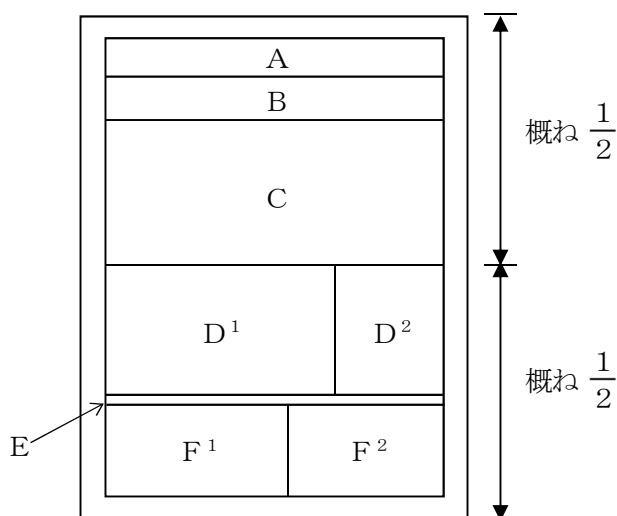
次の【レイアウト図】に基づき、以下の設問に従い、文書を作成しなさい。ただし、ページ設定等は次表のとおりとし、出力用紙1枚に収めること。

また、各設問において、＜仕様＞に示す内容以外のものについては、□□□□内に示すとおりとすること。

なお、【レイアウト図】に示す各領域で作成する内容は、印刷面の余白にはみ出さないこと。

印刷面の余白	上・下：20mm 左・右：15mm
1行の文字数	50字

【レイアウト図】



設問1 領域「A」の作成

次の＜仕様＞に従い、□□□□内に示すものを入力すること（□□□□は入力しないこと）。

＜仕 様＞

区 分	設定内容
入力文字	第10回 七浦市民マラソン
フォント等	ポップ体・20ポイント、文字色：紫色系
文字の配置	センタリング
背景色	水色系

第10回 七浦市民マラソン

< 1 級課果是頁 1 P 2 >

設問2 領域「B」の作成


次の「」内に示すものを入力すること(「」は入力しないこと)。

七浦市民マラソンは、マラソンの普及促進・ランナーの健康増進への寄与・地域活性化の推進を目的として開催されます。

本大会は毎年、全国各地からたくさんのランナーを迎えて盛大に行われており、今年は記念すべき第10回大会となります。ぜひご参加ください。

< 1 級課是頁 1 P 2 >

設問3 領域「C」の作成


次の<仕様>に従い、内に示すものを入力すること(は入力しないこと)。

<仕 様>

1. スタイルの設定

区 分	設定内容
入力文字	◆実施要項
スタイル名	スタイルA
フォント等	ゴシック体・14ポイント、文字色：赤色系

2. 表の設定

区 分	設定内容
2行目 「開会式は七浦公園なぎさ広場で開催」	括弧付き割注
4行目 「種目」～「募集人数」	文字の配置：センタリング 背景色：オレンジ色系
1列目 「マラソン」～「親子ラン」 2列目 「1km」 4列目 「1000人」～「50組」	文字の配置：縦方向センタリング
1列目 「申込方法」～「申込先」	背景色：水色系
左右両端の縦罫線	余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置
線 種	 内の表に示すとおり

◆実施要項

開 催 日	10月22日(日)※雨天決行 ※荒天時など、開催が困難と判断された場合は中止			
メイン会場	七浦公園運動競技場・南浜特設会場およびその周辺道路 <small>(開会式は七浦公園なぎさ広場で開催)</small>			
申 込 期 間	6月1日(木)～9月17日(日)			
種目		走行距離	コース紹介	募集人数
マラソン	フル	42.195km	公園前大通りをスタートし、市内をめぐって特設会場を目指すコース。	1000人
	ハーフ	21.5km		
ファンラン		1.5km	運動競技場をスタートし、公園内のなぎさ広場と植物園を通過して、競技場へと戻るコース。	各80人
		3km		
		5km		
親子ラン		1km	補助競技場のトラックを、親子でタスキを持って走ります。	50組
申込方法	大会公式サイトもしくは申込書によりエントリーが可能です。 申込書によるエントリーの場合は、サイトから様式をダウンロードし、郵送・FAX・メールのいずれかの方法で大会事務局へご送付ください。			
申込先	〒000-9999 七浦市南野宿町10-1 七浦市役所スポーツ振興課内 FAX：00-1234-5555 メール：7run@javada.or.jp			

< 1 級課題 1 P 2 >

設問4 領域「D」の作成

1. 領域「D¹」に、次の<仕様>に従い、[]内に示すものを入力すること（[]は入力しないこと）。

<仕 様>

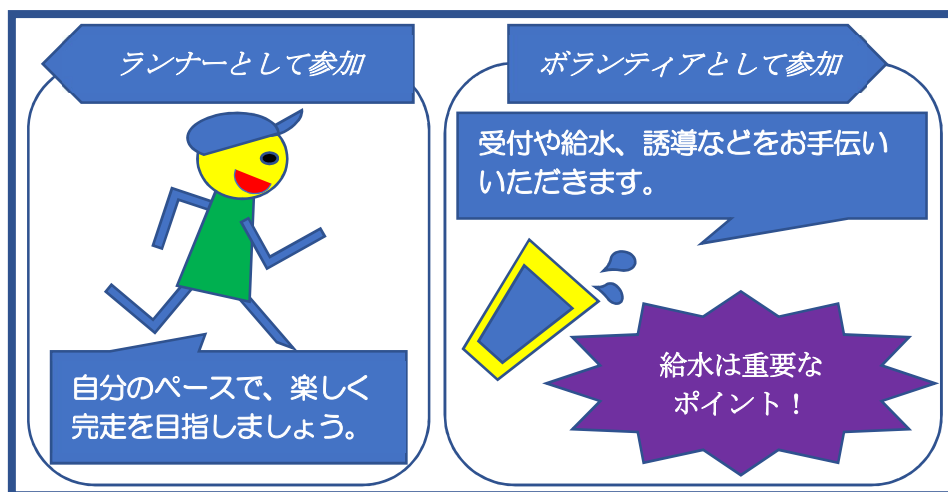
(1) スタイルの設定

区 分	設定内容
入力文字	◆みんなでマラソン大会に参加しよう！
スタイル	設問3で設定した「スタイルA」を適用



(2) 図の設定

区 分	設定内容
顔を表す円 ○	背景色：黄色系
目を表す楕円 ○	背景色：黒
口を表す円弧 ㇿ	背景色：赤色系
身体を表す台形 ▭	背景色：緑色系
「自分のペースで～目指しましょう。」 「受付や給水～いただきます。」	フォント等：丸ゴシック体 文字の配置：左寄せ
コップを表す台形 ▭	背景色：黄色系
「給水は重要なポイント！」を表す 星12ポイント ☆	背景色：紫色系
図 形状・線種等	[]内に示すとおり
全 外枠の左端の線	余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置
体	





◆みんなでマラソン大会に参加しよう！



< 1 級課題 1 P 2 >

2. 領域「D²」に、次の<仕様>に従い、内に示すものを入力すること(は入力しないこと)。

<仕 様>

区 分		設定内容
「応援で参加」		フォント等：ポップ体・12ポイント
「応援で参加」を表す台形 		3D
「沿道からの～お願いします！」		文字の配置：左寄せ
「ガンバレ！」		フォント等：ポップ体・9ポイント 文字色：黒
「ガンバレ！」を表す波線 		背景色：白
背面にある角の丸い四角形 		背景色：オレンジ色系
図 全 体	形状・線種等	 内に示すとおり
	外枠の右端の線	余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置



< 1 級課是頁 1 P 2 >

設問5 領域「E」の作成

次の<仕様>に従い、入力すること。

<仕 様>


区 分	設定内容
入力文字	大会に参加される皆様へ
フォント等	丸ゴシック体・12ポイント、文字色：紫色系
文字の配置	センタリング

設問6 領域「F」の作成

1. 領域「F」に、次の<仕様>に従い、[]内に示すものを入力し、全体を図で囲むこと（[]は入力しないこと）。

なお、文字の折り返しについては、【レイアウト図】に沿ったものとなるようにすること。

<仕 様>

区 分		設定内容
文章方向		縦書き
文章全体のフォント等		丸ゴシック体・10ポイント
全 体 を 囲 む 図	形状・線種等	次に示すもの 
	背景色	緑色系で下から上に向かって薄くなるグラデーション
	左端の線	余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置
	下端の線	余白との境界(紙端から概ね20mm)の位置

大会の実施に伴い、交通規制を行います。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

【全面通行止め】

午前八時～午後四時

- ・運動競技場の周辺道路
- ・公園前大通り
- ・海岸西街道

【車線規制】

午前九時～午後二時

- ・七浦浜辺トンネル
- ・みなと通り（市役所前から中央二丁目まで）

※歩行者や自転車の通行も規制されます。


※迂回の際は、現場の係員の指示に従ってください。

< 1 級課題 1 P 2 >

2. 領域「F²」に、次の<仕様>に従い、[] 内に示すものを入力し、全体を図で囲むこと（[] は入力しないこと）。

なお、文字の折り返しについては、【レイアウト図】に沿ったものとなるようにすること。

<仕 様>

区 分		設定内容
文章方向		横書き
文章全体のフォント等		ゴシック体・11ポイント
全 体 を 囲 む 図	形状・線種等	次に示すもの 
	右端の線	余白との境界(紙端から概ね15mm)の位置
	下端の線	余白との境界(紙端から概ね20mm)の位置

《申し込みにかかる注意事項》

- ・参加申込後の取り消し、種目変更は承ることができません。
- ・当日参加できない場合でも、参加料の返金はいたしませんので、あらかじめご了承ください。
- ・代理出走は禁止です。大会当日に申込者本人でないことが発覚した場合、失格扱いとなります。

設問7 ヘッダーの設定

次の<仕様>に従い、ヘッダーの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分		設定内容
ヘッダー	入力文字	受験番号(全角) 氏名(ひらがな)
	配 置	左 側

設問8 文書の保存

次の<仕様>に従い、文書を保存すること。

<仕 様>

区 分	設定内容
保存場所	指定された「解答」フォルダ
ファイル名(全角)	課題1 P 2

< 1 級課題 2 P 2 >

【課題 2】 文書の編集・校正

次の設問に従い、課題2の最後の【完成イメージ】に示すとおりに文書を完成させなさい。ただし、取り込むファイル、ページ設定等は、次表のとおりとする。

なお、文字づかい、インデント、オブジェクトの設定、レイアウト等は、すべて【完成イメージ】のとおりとすること。

取り込むファイル	「提供データの保存場所」にある 「提供122.txt」
印刷面の余白	上・下：20mm 左・右：20mm
1行の文字数	50字

設問1 文書の修正

■■■■印の箇所を修正すること。

設問2 置換の設定

次の<仕様>に従い、文書中の語句を置き換えること。

<仕 様>

対象語句	置換え後の語句
選手	ランナー

設問3 文字・段落書式の設定

次の<仕様>に従い、設定を行うこと。

<仕 様>

1. スタイルの設定

対象箇所	スタイル名	設定内容
「★コースのご紹介」 「★走って・食べて！七浦市の魅力」 「＜ボランティアの皆様へのお願い＞」	スタイルB	・フォント等：ポップ体、 14ポイント ・文字色：オレンジ色系
「◎フルマラソン（42.195km）」 「◎ハーフマラソン（21.5km）」 「◎ファンラン」 「◎親子ラン」 「～海の幸～」 「～山の幸～」 「～絶品料理の秘密～」	スタイルC	・フォント等：丸ゴシック体、 12ポイント ・文字色：緑色系

< 1 級課題 2 P 2 >

2. 書式の設定

対象箇所		設定内容
【完成イメージ】の 1 ページ目の 1 行目	「七浦市民マラソン 大会案内」	・ フォント等：ゴシック体、 20 ポイント ・ 文字色：赤色系 ・ 背景色：黄色系 ・ 文字の配置：センタリング
【完成イメージ】の 1 ページ目の 2～4 行目	「七浦市民マラソンは～ 走りを後押しします。」	・ 行間：1.5 行

(注) 行数については、「行あけ」を含めずカウントしたものとする。

設問 4 脚注の挿入

次の<仕様>に従い、【完成イメージ】に示すとおりに脚注を挿入すること。ただし、入力文字(「※」印を含む)のフォントは明朝体とし、フォントサイズは9ポイントとすること。

<仕 様>

対象語句	入力文字
エイドステーション	食べ物や飲み物を補給する場所です。設置場所は、サイトをご覧ください。

設問 5 画像の貼付け

次の<仕様>に従い、【完成イメージ】に示す位置に図枠を作成し、その枠内に「提供データの保存場所」にある指示された画像ファイルを貼り付けること。

<仕 様>

図枠名	設定内容	画像ファイル名
図枠①	図枠線：青色系、枠内：オレンジ色系	画像 1 2. jpg
図枠②	図枠線：青色系、枠内：黄色系	画像 2 2. jpg
図枠③	図枠線：青色系、枠内：緑色系	画像 3 2. jpg

設問 6 ヘッダーの設定

次の<仕様>に従い、ヘッダーの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分		設定内容
ヘッダー	入力文字	受験番号(全角) 氏名(ひらがな)
	配 置	左 側

設問 7 文書の保存

次の<仕様>に従い、文書を保存すること。

<仕 様>

区 分	設定内容
保存場所	指定された「解答」フォルダ
ファイル名(全角)	課題 2 P 2

七浦市民マラソン 大会案内

七浦市民マラソンは、七浦市が開催するマラソン大会です。記録を狙うことよりも完走することを目指していただく健康マラソンで、スポーツの裾野を広げ、市民の体力向上へ寄与することを目的としています。エイドステーション※での充実したサポートで、ランナーの走りを後押しします。

★コースのご紹介

◎フルマラソン（42. 195 km）

七浦公園前大通りをスタートし、競技場周辺を1周した後、市街地を抜けます。まもなく最初の難関でもあるランナー泣かせの坂があり、坂を駆け上がったその先には、眼下に市街地を望む開放感のある景色を楽しむことができます。しばらく走り、夏山大橋に差し掛かると、大海原を見渡す絶景が広がります。ほっとするのもつかの間、橋を渡りきると緩急のあるカーブが続き、曲がりながら一気に坂を下ります。再び市街地まで来ると、華やかな七浦の中心地の景色と、沿道には多くの観客の方々の姿。声援を背に受けながら、さっそうと走りましょう。市街地を抜けるとゴールはすぐそこです。最後の5キロは視界を遮るものが何もない、海岸沿いを走る直線コースです。さわやかな海風の中で、達成感や爽快感を味わうことができます。ゴール地点の南浜特設会場のテントが見えてくれればもう一息。さあ、ラストスパートです！

図枠①

◎ハーフマラソン（21. 5 km）

フルマラソンの約半分の距離を走ります。スタート地点とゴール地点はフルマラソンと同じですが、高低差は少なく、比較的平坦な道を走るコースです。市街地を抜けて、海岸西街道からゴールのある南浜特設会場を目指します。七浦市の人気スポットでもあるレインボーパークや花の時計台を通過します。

図枠②

◎ファンラン

3 km／1. 5 kmの部

七浦公園の運動競技場をスタートし、公園内にあるなぎさ広場と植物園を抜けたあと、競技場に戻ってゴールとなります。参加対象は小学生です。

5 kmの部

競技場のトラックを2周半した後、なぎさ広場・植物園を通過し、競技場へと戻ります。参加対象は中学生です。

◎親子ラン

七浦公園内にある補助競技場のトラックを使用します。親子で一緒に、楽しく走りましょう。なお、走行の際は、安全のため、お子様との並走を心がけていただきますようお願いいたします。最後はタスキを持って、二人で同時にフィニッシュしてください。

※ 食べ物や飲み物を補給する場所です。設置場所は、サイトをご覧ください。

★走って・食べて！七浦市の魅力

七浦市は、海の幸・山の幸に恵まれており、これらを活かした郷土料理がたくさんあります。さらに、数多くの野菜や果物が一年を通して栽培されており、季節ごとに旬の味わいが楽しめます。

今回のメイン会場である南浜特設会場付近には、近海でとれた海産物を味わえる飲食店が数多くあり、マラソンで疲れた身体を癒してくれます。市内西側に位置する馬屋地区はかつて宿場町だったこともあり、当時の面影が残る旧家を再利用した飲食店が軒を連ねています。風情ある雰囲気の中でおいしい料理をご堪能ください。

～海の幸～

いつでも新鮮な魚介を楽しむことができる七浦さかなセンターでは、オリジナル海鮮丼を食べることができます。これは自分で具材を選んで注文することができる海鮮丼で、これを目当てに市外からも数多くの方が訪れています。南浜特設会場から徒歩10分と、アクセスも良好です。ぜひ厚切りされた海の幸を、好きなだけごはんのにのせてお召し上がりください。

～山の幸～

七浦市は山の幸も人気です。市内の農村地区では、長年鳥獣被害に悩まされていました。そこで、これを地域活性化につなげようとジビエ料理が考案されました。狩人の間で伝統的に食べてきた「マタギ料理」から、アレンジを効かせたオリジナル料理まで、肉の魅力を最大限に活かした料理をいただくことができます。この機会にぜひ、ジビエ料理を味わってみませんか？

～絶品料理の秘密～

七浦市では、市民の水道水の約8割を地下水で賄っています。清らかで豊富なミネラルを含んだ地下水は「七色の水」として販売もされており、この水こそがおいしい郷土料理の隠し味なのです。今大会では、この水をエイドステーションなどで配付し、ランナーの皆様を支えます。

< ボランティアの皆様へのお願い >

本大会は、毎年多くの方々にボランティアとしてご参加いただいております。今年もご参加くださる皆様におかれましては、以下の注意事項をご確認の上、安全な大会運営にご協力いただきますようお願いいたします。

・初めて大会ボランティアの活動を行う方は、必ず事前説明会にご出席ください。出席の確認ができなかった場合、申し込みをキャンセルさせていただく場合がございます。

・大会当日は、手荷物などを預かる場所がありませんので、貴重品を含め、荷物は各自で管理してください。なお、盗難や紛失につきまして、主催者は一切の責任を負いません。

・大会当日は、事前に配付されるスタッフウェアとキャップを着用して活動してください。なお、SDGsへの取り組みのため、配付したウェアとキャップは大会終了後に回収し、次回大会でリユースいたします。活動を終えられましたら、配付物のご返却にご協力をお願いいたします。

図枠③

【課題 3】複数文書の編集・管理

【課題 1】及び【課題 2】で作成した文書を合わせて、以下の【ページ構成】のとおり to 1 つの文書ファイルにしてください。ただし、個別の仕様については、次の設問に従うこと。

なお、本課題の実施に当たっては、【課題 1】及び【課題 2】で作成した文書ファイルを、指定された「解答」フォルダの中にある「課題 3」フォルダにコピーし、使用すること。

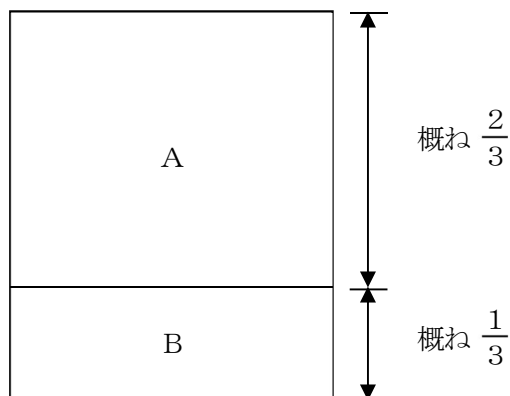
【ページ構成】

表 紙	目 次	【課題 1】の 保存文書を コピーしたもの	【課題 2】の 保存文書を コピーしたもの 1 ページ目	【課題 2】の 保存文書を コピーしたもの 2 ページ目
	1	2	3	4

設問 1 表紙の作成

1. 次の【レイアウト図】に基づき、表紙を作成すること。

【レイアウト図】



< 1 級課題 3 P 2 >

2. 領域「A」に、次の<仕様>に従い、タイトル部を作成すること。

<仕 様>

区 分		設定内容
タ イ ト ル	入力文字	七浦市民マラソン
	フォント	丸ゴシック体
	文字のデザイン	(形状：波状) 七浦市民マラソン
	サイズ	任 意
	色	任 意
	配 置	センタリング
サ ブ タ イ ト ル	入力文字	<参加者募集>
	フォント等	ポップ体・28ポイント
	色	任 意
	配 置	・タイトルの下 ・センタリング
背 景	貼付けファイル	「提供データの保存場所」にある画像ファイル「背景2.jpg」
	配置等	・透かし(ウォッシュアウト等)でタイトル(サブタイトル含む)背面へ ・タイトル(サブタイトル含む)の全体をカバーするようにセンタリング

3. 領域「B」に、次の<仕様>に従い、[]内の文字を入力すること([]は入力しないこと)。

<仕 様>

対象箇所		設定内容
入力文字全体	フォント	ゴシック体
	色	任 意
	配 置	センタリング
「七浦市民マラソン実行委員会」部分		フォントサイズ：16ポイント
「https://www.7run.javada.jp」部分		半 角

七浦市民マラソン実行委員会

大会ホームページ

https://www.7run.javada.jp

< 1 級課題 3 P 2 >

設問2 目次の作成

次の<仕様>に従い、下図のように目次を設定すること。

目次	
目次項目 1	○
目次項目 2	○
目次項目 3	○

<仕 様>

区 分		設定内容
目次ページ挿入箇所		表紙の次ページ
入力文字	入力文字	目次
	フォント等	ゴシック体・12ポイント
	配 置	1行目・センタリング
目次項目の設定		目次項目1：スタイル「スタイルA」 目次項目2：スタイル「スタイルB」 目次項目3：スタイル「スタイルC」
リーダー		有り(線種は任意)
ページ番号		右揃えに表示
目次項目及びページ番号のフォント		ゴシック体

< 1 級 課 題 3 P 2 >

設問3 ヘッダー、フッターの設定

次の<仕様>に従い、ヘッダー、フッターの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分		設定内容	
ヘッダー	対象ページ	全ページ	
	入力文字	受験番号(全角)	氏名(ひらがな) 七浦市民マラソン
	配 置	左 側	右 側
フッター	対象ページ	表紙を除くすべてのページ	
	設 定	ページ番号 (書式：半角)	
	配 置	センタリング	
	位 置	紙端から概ね10mmの位置	

設問4 ハイパーリンクの設定

次の<仕様>に従い、ハイパーリンクの設定を行うこと。

<仕 様>

区 分	設定内容	
リンク元	2ページ目の 2行目	「七浦市民マラソン」
リンク先	3ページ目の 5行目のタイトル部	「★コースのご紹介」

(注) 行数については、「行あけ」を含めずカウントしたものとする。

設問5 文書の保存

次の<仕様>に従い、文書を保存すること。

<仕 様>

区 分		設定内容
目次ページの更新		設問3で設定したページ番号を目次ページに反映
保 存	保存場所	指定された「解答」フォルダにある「課題3」フォルダ
	ファイル名(全角)	課題3 P 2

七浦市民マラソン 大会案内

七浦市民マラソンは、七浦市が開催するマラソン大会です。記録を狙うことよりも完走することを目指していただく健康マラソンで、スポーツの裾野を広げ、市民の体力向上へ寄与することを目的としています。エイドステーションでの充実したサポートで、選手の走りを後押しします。

★コースのご紹介

◎フルマラソン（42. 195 km）

七浦公園前大通りをスタートし、競技場周辺を1周した後、市街地を抜けます。まもなく最初の難関でもある選手泣かせの坂があり、坂を駆け上がったその先には、眼下に市街地を望む開放感のある景色を楽しむことができます。しばらく走り、夏山大橋に差し掛かると、大海原を見渡す絶景が広がります。ほっとするのもつかの間、橋を渡りきると緩急のあるカーブが続き、曲がりながら一気に坂を下ります。再び市街地まで来ると、華やかな七浦の中心地の景色と、沿道には多くの観客の方々の姿。声援を背に受けながら、さっそうと走りましょう。市街地を抜けるとゴールはすぐそこです。最後の5キロは視界を遮るものが何もない、海岸沿いを走る直線コースです。さわやかな海風の中で、達成感や爽快感を味わうことができます。ゴール地点の南浜特設会場のテントが見えてくれればもう一息。さあ、ラストスパートです！

◎ハーフマラソン（21. 5 km）

フルマラソンの約半分の距離を走ります。スタート地点とゴール地点はフルマラソンと同じですが、比較的平坦な道走るコースです。市街地を抜けて、海岸西街道からゴールのある南浜特設会場を目指します。七浦市の人気スポットでもあるレインボーパークや花の時計台を通過します。

◎ファンラン

3 km／1. 5 kmの部

七浦公園の運動競技場をスタートし、公園内にあるなぎさ広場と植物園を抜けたあと、競技場に戻ってゴールとなります。参加対象は小学生です。

5 kmの部

競技場のトラックを2周半した後に、なぎさ広場・植物園を通過し、競技場へと戻ります。参加対象は中学生です。

◎親子ラン

七浦公園内にある補助競技場のトラックを使用します。親子で一緒に、楽しく手をつないで走りましょう。なお、走行の際は、安全のため、お子様との並走を心がけていただきますようお願いいたします。最後はタスキを持って、二人で同時にフィニッシュしてください。

★走って・食べて！七浦市の魅力

七浦市は、海の幸・山の幸に恵まれており、これらを活かした郷土料理がたくさんあります。さらに、数多くの野菜や果物が一年を通して栽培されており、季節ごとに旬の味わいが楽しめます。今回のメイン会場である南浜特設会場付近には、近海でとれた海産物を味わえる飲食店が数多くあり、マラソンで疲れた身体を癒してくれます。市内西側に位置する馬屋地区はかつて宿場町だったこともあり、当時の面影が残る旧家を再利用した飲食店が軒を連ねています。風情ある雰囲気の中でおいしい料理をご堪能ください。

～海の幸～

いつでも新鮮な魚介を楽しむことができる七浦さかなセンターでは、オリジナル海鮮丼を食べることができます。これは自分で具材を選んで注文することができる海鮮丼で、これを目当てに市外からも数多くの方が訪れています。南浜特設会場から徒歩10分と、アクセスも良好です。ぜひ厚切りされた海の幸を、好きなだけごはんのにのせてお召し上がりください。

～山の幸～

七浦市は山の幸も人気です。市内の農村地区では、長年鳥獣被害に悩まされていました。そこで、これを地域活性化につなげようとジビエ料理が考案されました。狩人の間で伝統的に食べてきた「マタギ料理」から、アレンジを効かせたオリジナル料理まで、肉の魅力を最大限に活かした料理をいただくことができます。この機会にぜひ、ジビエ料理を味わってみませんか？

～絶品料理の秘密～

七浦市では、市民の水道水の約 8 割を地下水で賄っています。清らかで豊富なミネラルを含んだ地下水は「七色の水」として販売もされており、この水こそがおいしい郷土料理の隠し味なのです。今大会では、この水をエイドステーションなどで配付し、選手の皆様を支えます。

＜ボランティアの皆様へのお願い＞

本大会は、毎年多くの方々にボランティアとしてご参加いただいております。今年もご参加くださる皆様におかれましては、以下の注意事項をご確認の上、安全な大会運営にご協力いただきますようお願いいたします。

- ・初めて大会ボランティアの活動を行う方は、必ず事前説明会にご出席ください。出席の確認ができなかった場合、申し込みをキャンセルさせていただく場合がございます。
- ・大会当日は、手荷物などを預かる場所がありませんので、貴重品を含め、荷物は各自で管理してください。なお、盗難や紛失につきまして、主催者は一切の責任を負いません。
- ・大会当日は、事前に配付されるスタッフウェアとキャップを着用して活動してください。なお、SDGs への取り組みのため、配付したウェアとキャップは大会終了後に回収し、次回大会で再利用いたします。活動を終わられましたら、配付物のご返却にご協力をお願いいたします。

< 1 級課題 2 P 2 提供画像 >



画像 1 2 . jpg



画像 2 2 . jpg



画像 3 2 . jpg



背景 2 . jpg



七浦市民マラソン実行委員会

大会ホームページ

<https://www.7run.javada.jp>

目次

◆実施要項	2
◆みんなでマラソン大会に参加しよう！	2
★コースのご紹介	3
◎フルマラソン（42. 195 km）	3
◎ハーフマラソン（21. 5 km）	3
◎ファンラン	3
◎親子ラン	3
★走って・食べて！七浦市の魅力	4
～海の幸～	4
～山の幸～	4
～絶品料理の秘密～	4
＜ボランティアの皆様へのお願い＞	4

第10回 七浦市民マラソン

七浦市民マラソンは、マラソンの普及促進・ランナーの健康増進への寄与・地域活性化の推進を目的として開催されます。

本大会は毎年、全国各地からたくさんのランナーを迎えて盛大に行われており、今年は記念すべき第10回大会となります。ぜひご参加ください。

◆実施要項

開催日	10月22日(日)※雨天決行 ※荒天時など、開催が困難と判断された場合は中止			
メイン会場	七浦公園運動競技場・南浜特設会場およびその周辺道路 <small>(開会式は七浦公園 なぎさ広場で開催)</small>			
申込期間	6月1日(木)～9月17日(日)			
種目		走行距離	コース紹介	募集人数
マラソン	フル	42.195km	公園前大通りをスタートし、市内をめぐって特設会場を目指すコース。	1000人
	ハーフ	21.5km		
ファンラン		1.5km	運動競技場をスタートし、公園内のなぎさ広場と植物園を通過して、競技場へと戻るコース。	各80人
		3km		
		5km		
親子ラン		1km	補助競技場のトラックを、親子でタスキを持って走ります。	50組
申込方法	大会公式サイトもしくは申込書によりエントリーが可能です。 申込書によるエントリーの場合は、サイトから様式をダウンロードし、郵送・FAX・メールのいずれかの方法で大会事務局へご送付ください。			
申込先	〒000-9999 七浦市南野宿町10-1 七浦市役所スポーツ振興課内 FAX:00-1234-5555 メール:7run@java.da.or.jp			

◆みんなでマラソン大会に参加しよう！

ランナーとして参加



自分のペースで、楽しく
完走を目指しましょう。

ボランティアとして参加

受付や給水、誘導などをお手伝い
いただきます。

給水は重要な
ポイント！

応援で参加

沿道からの声援は選手の
パワーの源です。温かい声援
をお願いします！



ガンバシ！

大会に参加される皆様へ

大会の実施に伴い、交通規制を行います。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

【全面通行止め】

午前8時～午後4時

- ・運動競技場の周辺道路
- ・公園前大通り
- ・海岸西街道

【車線規制】

午前9時～午後2時

- ・七浦浜辺トンネル
- ・みなと通り(市役所前から中央二丁目まで)

※歩行者や自転車の通行も規制されます。

※迂回の際は、現場の係員の指示に従ってください。

《申し込みにかかる注意事項》

- ・参加申込後の取り消し、種目変更は承ることができません。
- ・当日参加できない場合でも、参加料の返金はいたしませんので、あらかじめご了承ください。
- ・代理出走は禁止です。大会当日に申込者本人でないことが発覚した場合、失格扱いとなります。

七浦市民マラソン 大会案内

七浦市民マラソンは、七浦市が開催するマラソン大会です。記録を狙うことよりも完走することを目指していただく健康マラソンで、スポーツの裾野を広げ、市民の体力向上へ寄与することを目的としています。エイドステーション※での充実したサポートで、ランナーの走りを後押しします。

★コースのご紹介

◎フルマラソン (42. 195 km)

七浦公園前大通りをスタートし、競技場周辺を1周した後、市街地を抜けます。まもなく最初の難関でもあるランナー泣かせの坂があり、坂を駆け上がったその先には、眼下に市街地を望む開放感のある景色を楽しむことができます。しばらく走り、夏山大橋に差し掛かると、大海原を見渡す絶景が広がります。ほっとするのもつかの間、橋を渡りきると緩急のあるカーブが続き、曲がりながら一気に坂を下ります。再び市街地まで来ると、華やかな七浦の中心地の景色と、沿道には多くの観客の方々の姿。声援を背に受けながら、さっそうと走りましょう。市街地を抜けるとゴールはすぐそこです。最後の5キロは視界を遮るものが何もない、海岸沿いを走る直線コースです。さわやかな海風の中で、達成感や爽快感を味わうことができます。ゴール地点の南浜特設会場のテントが見えてくればもう一息。さあ、ラストスパートです！



◎ハーフマラソン (21. 5 km)

フルマラソンの約半分の距離を走ります。スタート地点とゴール地点はフルマラソンと同じですが、高低差は少なく、比較的平坦な道を走るコースです。市街地を抜けて、海岸西街道からゴールのある南浜特設会場を目指します。七浦市の人気スポットでもあるレインボーパークや花の時計台を通過します。



◎ファンラン

3 km / 1. 5 kmの部

七浦公園の運動競技場をスタートし、公園内にあるなぎさ広場と植物園を抜けたあと、競技場に戻ってゴールとなります。参加対象は小学生です。

5 kmの部

競技場のトラックを2周半した後、なぎさ広場・植物園を通過し、競技場へと戻ります。参加対象は中学生です。

◎親子ラン

七浦公園内にある補助競技場のトラックを使用します。親子で一緒に、楽しく走りましょう。なお、走行の際は、安全のため、お子様との並走を心がけていただきますようお願いいたします。最後はタスキを持って、二人で同時にフィニッシュしてください。

※ 食べ物や飲み物を補給する場所です。設置場所は、サイトをご覧ください。

★走って・食べて！七浦市の魅力

七浦市は、海の幸・山の幸に恵まれており、これらを活かした郷土料理がたくさんあります。さらに、数多くの野菜や果物が一年を通して栽培されており、季節ごとに旬の味わいが楽しめます。

今回のメイン会場である南浜特設会場付近には、近海でとれた海産物を味わえる飲食店が数多くあり、マラソンで疲れた身体を癒してくれます。市内西側に位置する馬屋地区はかつて宿場町だったこともあり、当時の面影が残る旧家を再利用した飲食店が軒を連ねています。風情ある雰囲気の中でおいしい料理をご堪能ください。

～海の幸～

いつでも新鮮な魚介を楽しむことができる七浦さかなセンターでは、オリジナル海鮮丼を食べることができます。これは自分で具材を選んで注文することができる海鮮丼で、これを目当てに市外からも数多くの方が訪れています。南浜特設会場から徒歩10分と、アクセスも良好です。ぜひ、ぜひに厚切りされた海の幸を、好きなだけごはんのにのせてお召し上がりください。

～山の幸～

七浦市は山の幸も人気です。市内の農村地区では、長年鳥獣被害に悩まされていました。そこで、これを地域活性化につなげようとジビエ料理が考案されました。狩人の間で伝統的に食べてきた「マタギ料理」から、アレンジを効かせたオリジナル料理まで、肉の魅力を最大限に活かした料理をいただくことができます。この機会にぜひ、ジビエ料理を味わってみませんか？

～絶品料理の秘密～

七浦市では、市民の水道水の約8割を地下水で賄っています。清らかで豊富なミネラルを含んだ地下水は「七色の水」として販売もされており、この水こそがおいしい郷土料理の隠し味なのです。今大会では、この水をエイドステーションなどで配付し、ランナーの皆様を支えます。

< ボランティアの皆様へのお願い >

本大会は、毎年多くの方々にボランティアとしてご参加いただいております。今年もご参加くださる皆様におかれましては、以下の注意事項をご確認の上、安全な大会運営にご協力いただきますようお願いいたします。

・初めて大会ボランティアの活動を行う方は、必ず事前説明会にご出席ください。出席の確認ができなかった場合、申し込みをキャンセルさせていただく場合がございます。

・大会当日は、手荷物などを預かる場所がありませんので、貴重品を含め、荷物は各自で管理してください。なお、盗難や紛失につきまして、主催者は一切の責任を負いません。

・大会当日は、事前に配付されるスタッフウェアとキャップを着用して活動してください。なお、SDGsへの取り組みのため、配付したウェアとキャップは大会終了後に回収し、次回大会でリユースいたします。活動を終えられましたら、配付物のご返却にご協力をお願いいたします。



4. 筆記試験について

4-1 試験実施日及び開始時間

事前に試験委員から指示がある（実技試験と同一日の場合もある）。

4-2 試験の概要と試験時間

試験の概要	試験時間
漢字、ビジネス文書、ハード・ソフトウェア、ネットワークと情報活用等の知識について問う。	20分

4-3 試験問題

試験当日、試験委員から配布される。

4-4 試験当日の注意事項

- (1) この「試験問題概要」（本紙）は、試験当日、必ず持参すること。ただし、メモ書き等何も記入されていない状態であること。
- (2) 受験に当たっては、「4-5 試験用機材等」で指定したもの以外は使用できない。
- (3) 試験会場では、携帯電話（タブレットPC等を含む）、腕時計型端末の使用は禁止とする。（電源はあらかじめ切り、かばん等にしまうこと）
- (4) 集合時刻は厳守すること。試験開始時刻の概ね10分前から、試験に関する説明が始まる。
- (5) 試験委員の指示に従って、次の作業を行うこと。
 - ・試験問題のページ数の確認（異常があった場合には、黙って手を挙げること）
 - ・試験問題表紙及び解答用紙に受験番号と氏名の記入（受験番号については、ハイフン「-」を入れること）
- (6) 「試験開始」の合図で始めること。
- (7) 出題方式は4肢択一方式で、解答方法は、次のとおりとすること。
 - ・出題数は、20題とする。
 - ・4つの選択肢の中から「正解」と思うものを1つ選んで解答する。
 - ・2つ以上に解答した場合及び無答の場合には、「誤答」となる。
- (8) 採点は得点法で行い、正答数の合計を得点とする。

- (9) 試験中においては、次の事項に注意すること。
- ・印刷のかすれにより読みにくい文字等があった場合には、黙って手を挙げること。ただし、問題の内容に関する質問は受け付けない。
 - ・手洗いに立ちたい場合には、黙って手を挙げ、試験委員の指示に従うこと。
 - ・用具等の貸し借りや私語は禁止とする。
- (10) 「試験終了時刻」前に解答を終える場合には、黙って手を挙げ、試験委員の指示に従うこと。
- (11) 「試験終了」の合図があったら、筆記用具を置き、試験委員の指示に従って、試験問題と解答用紙を提出すること。

4－5 試験用機材等

- (1) 受験者が持参するもの

品 名	規 格 等	数 量	備 考
受験票		1	
1 級試験問題概要	本 紙	1	メモ等の記入のないものを持参すること
筆記用具	鉛筆、消しゴム等	一式	シャープペンシルでも可

(注) 持参するものは、上表に掲げるものに限る。

- (2) 試験会場に準備されているもの

品 名	規 格 等	数 量	備 考
試験問題		必要数	受験者 1 名につき一式
解答用紙		必要数	受験者 1 名につき 1
机等		必要数	
椅子		必要数	受験者 1 名につき 1
時計		必要数	1 会場（部屋）につき 1