



保護者の
皆様へ

令和4年度「ふくしまっごごはんコンテスト」

テーマ：ごはんが主食！わたしが作るアイデアごはん

| | | |
|------|------|---|
| いつまで | 応募期間 | 7月1日（金）から8月26日（金）まで |
| なにを | 応募方法 | 応募用紙に、材料や作り方を書いて、作った「1食分のごはん」か「ごはんのお弁当」の写真を貼ってください。 |
| どこに | 応募先 | 児童生徒のみなさんは、8月26日（金）までに、担任の先生へ提出してください。 |

令和3年度 保護者の感想より

ごはんコンテストのメニューを考える時、自分からインターネットで調べ、どんな食材が良いのかを考え、調理法を選んでいました。家族の健康を考えたメニューは、皆に好評で、自信につながったと思います。最終審査への出場は喜び半分と不安が半分の様子でしたが、自分で手順を考え、タイムスケジュール風にして練習していました。結果も、頑張った経過も素晴らしいものだったと思います。

このコンテストを通しての一番の収穫は、成長期の自分の身体を見つめ、食の大切さを感じることが出来たことだと思います。忙しい日々の中であっても、短時間で作ることを意識し、調理したことも、今後の自信につながる経験でした。一生続く「食とのつながり」を、これからもおいしだけでなく、楽しく関わって行けるようになってほしいと思います。
(健康教育課HPより)

1 応募方法

応募用紙に必要事項を記入し、料理の完成写真を貼り付け、8月26日(金)まで各学校の担任へ提出してください。

2 応募先

各学校締め切り 8/26(金)

3 結果表彰等

結果は各学校を通して通知するとともに、県教育委員会のホームページで発表します。
入賞者には、賞状等を授与します。

4 応募条件

(1) 小学校・義務教育学校(前期課程) 下学年(1～3年)の部 (朝ごはん)

- ① 主食はごはんとし、ごはんに合うおかず(主菜・副菜)と汁物がそろった朝ごはん1食分の献立であること
- ② 栄養バランスがよくアイデアに富み、下学年の児童が一人でも手軽に作れるメニューであること
- ③ 生の肉や魚、冷凍加工食品は使用しないこと
- ④ 材料費は、1人分300円以内を目安とすること
- ⑤ 親子で一緒に考えてもよいが、児童の考えを大切にすること

(2) 小学校・義務教育学校(前期課程) 上学年(4～6年)の部 (朝ごはん)

- ① 主食はごはんとし、主菜、副菜、汁物がそろった朝ごはん1食分の献立であること
- ② 栄養バランスがよくアイデアに富み、調理方法を工夫して、手軽に作れるものとする(調理時間40分以内。ただし、下処理時間は含まない)
- ③ 材料費は、1人分300円以内を目安とすること
- ④ 生の肉や魚、冷凍加工食品は使用しないこと
- ⑤ 季節の食材や地場産物、地域の伝統料理等も参考にすること
- ⑥ 個人参加とすること(チームでの参加は不可)

(3) 中学校・義務教育学校(後期課程)の部 (お弁当)

- ① 主食はごはんとし、主菜と副菜(汁物は含まない)を組み合わせたお弁当の献立であること
- ② 栄養のバランスがよく、アイデアに富み、手軽に作れるものとする(調理時間40分以内。ただし、下処理時間は含まない)
- ③ 材料費は、1人分300円以内を目安とすること
- ④ 冷凍加工食品は使用しないこと
- ⑤ 季節の食材や地場産物、地域の伝統料理等も参考にすること
- ⑥ 個人参加とすること(チームでの参加は不可)

5 選考方法

(1) 小学校・義務教育学校(前期課程) 下学年(1～3年)の部

- ① 一次審査 書類選考により各教育事務所域内の入賞者を選定する。
- ② 二次審査 県内全域の入賞者の中から書類選考により、優秀賞・アイデア賞を選定する。

(2) 小学校・義務教育学校(前期課程) 上学年(4～6年)の部・中学校・義務教育学校(後期課程)の部

- ① 一次審査 書類選考により、各教育事務所域内の入賞者を選定する。
- ② 二次審査 各教育事務所域内で選定された入賞者をさらに、選定書類選考により県内全域の上位入賞者を選定する。
- ③ 最終審査 上位入賞者を対象に、調理や試食等の審査を行い、最優秀賞・優秀賞・優良賞・佳作を選定する。
※令和4年10月9日(日)公益財団法人福島県学校給食会(福島市松川町)で実施

6 その他

- ・作品は未発表及び発表予定のないものに限りま。
- ・入賞作品は、「子どもが考える地場産物を活用した健康レシピ」のチラシや県教育委員会ホームページ等に掲載し公表します。
- ・募集に伴う個人情報、今回の目的以外には一切使用しません。



主催

福島県教育委員会 <https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/70059a/>

共催・後援

共催 公益財団法人福島県学校給食会 協賛 米消費拡大推進連絡会議

※本事業の一部は、東日本大震災子ども支援基金によって実施されています。

問合せ先

各学校
(または健康教育課)
(電話：024-521-8409)