



保護者の  
皆様へ

# 令和5年度「ふくしまっ子ごはんコンテスト」

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3日(月)から8月25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、担任の先生へ提出してください。

令和4年度  
保護者の感想より

今年も、学校園で色々な種類の野菜を育て、たくさん収穫する事ができました。自分でSDGsの勉強をしていたこともあり、自分達で作った野菜や地元の特産品を使った料理で朝ごはんのメニューも考えていました。自分で作った料理で笑顔になってくれる人がいるということに自信をもって、これからも楽しく料理を続けていってほしいです。

家庭で育てた野菜と会津産の食材をたくさん使って、みんなが健康になれるものにしようと親子で考えました。このコンテストにより、子ども自身が料理の内容を考えたり、実際に調理することの楽しさを感じる機会が増えていると思います。この経験を生かして、今後も自信をもっていろいろなことに挑戦し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、提出してください。(電子媒体で作成し、印刷した紙を提出してもよい。)

## 2 応募先

各学校の担任へ提出してください。(各学校締め切り 8月25日(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400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400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)
  - ⑦ 材料・切り方等、しっかりと記載があること
- (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400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)
  - ⑦ 材料・切り方等、しっかりと記載があること

## 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・優良賞を選定する。
- ※令和5年10月9日(月)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せん。
- ・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は、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・協賛

共催 公益財団法人福島県学校給食会

協賛 米消費拡大推進会議 酪王協同乳業株式会社

## 問合せ先

各学校

(または健康教育課)

(電話: 024-521-8409)

