

第21回全国中学生創造ものづくり教育フェア  
「あなたのためのおべんとう」コンクール実施要項

- 1 目的 ○ 中学校技術・家庭科での学習した内容を生かし、おべんとうづくりを行う。その成果の発表を通して、知識や技能の向上を図りよりよい食生活を目指そうとする意欲を育てる。  
○ 食べてもらう相手のことを考えたおべんとうづくりを通して、身近な人とのかかわりの大切さや「食」の重要性を知る。  
○ コンクールを通して、参加者が互いの工夫点や技能を学び合い、また全国の中学生の交流の場とする。

2 主催 全日本中学校技術・家庭科研究会

3 共催 女子栄養大学

4 会期 令和4年1月22日(土)～23日(日)

5 会場 〈競技本部会場〉 千葉市立轟町中学校  
〒263-0021 千葉県千葉市稲毛区轟町3-5-14  
TEL 043-251-4305 FAX 043-284-4974

〈教育フェア会場〉 武蔵野市総合体育館  
JR三鷹駅 バス約10分 武蔵野市役所前下車  
〒180-0001 東京都武蔵野市吉祥寺町5-11-20  
TEL 0422-56-2200

6 日程

1月22日 競技会場(千葉市立轟町中学校)		1月23日 結果発表	
時 程		時 程	
10:00	受付開始・送受信確認	10:00～	おべんとうコンクール部門の 成績発表は、HPに掲載する
10:20	開会式		
10:35	プレゼン準備時間		
10:45	60秒間のプレゼンテーション開始		
11:25	プレゼン発表終了		
11:30	明日の説明、連絡		

◇表彰式を行う予定がないため、賞状等は後日、各参加者へ郵送にてお送りします。

※ 準備時間の進み具合により、競技開始が若干なる前後することがあります。

◆ 今年度は、コロナ感染の対策を考慮し、各会場と本部をリモートでつないでの競技開催となります。

7 参加資格・方法

- (1) 各都道府県市(京都市・大阪市)中学校に在籍する生徒で、校長及び各都道府県市技術・家庭科研究会が参加を認めたものとする。
- (2) 各都道府県市(京都市・大阪市)における予選大会に参加する。  
(各都道府県市大会につきましては、各道府県市事務局にお問い合わせください。)
- (3) 各都道府県市(京都市・大阪市)の代表(各1組)より、運営委員会にて、レポート(レポートと材料表)審査を行い、全国大会出場グループを選出する。

8 参加費 1,500円

9 参加人数 12人 (1人競技とする)

## 10 審査項目

### <レポート>

① 食材・献立	食材・献立が対象者にふさわしいか。
② 栄養バランス	対象者の食事摂取基準や食品群別摂取量のめやすに準じ、栄養バランスが取れているか。
③ 規定課題	「魚」を主菜として効果的に調理しているか。 また、おべんとうに適した献立になっているか。
④ 調理方法	おべんとうに適した調理方法が工夫され、示されているか。
⑤ 盛りつけ	彩りや配置を工夫して、盛りつけているか。
⑥ 味	個々の食材の味を生かし、おべんとうに適した味付けが工夫され記載されているか。
⑦ 環境への配慮	環境に配慮した調理の仕方であるか。(食材、熱源、器等)
⑧ 調理手順	作り方や調理手順をわかりやすく記入しているか。

### <プレゼンテーション発表>

表 現	テーマや構想がプレゼンテーションに反映されているか。
-----	----------------------------

## 11 調理規定・動画作成について

### A おべんとう作りについて

#### (1) 調理時間

- ① 調理開始から、片付けも含めて、50分以内とする。  
(おべんとうのふたをしめて完成、終了までの時間とする)
- ② ご飯を炊く、乾物をもどす、漬け込んでおくなどの下準備を事前に行うことは、可とする。

#### (2) 食材

- ① 規定課題「魚を使った調理」を主菜とする。  
魚は、切り身やすり身、干物、缶詰、冷凍等でもかまわない。  
甲殻類(エビ、イカ、カニ)は、規定課題とはみなさない。
- ② 材料費の目安は1人分850円以内とする。

#### (3) 用具

- ① お弁当箱と小物は各自で選び用意する。  
色、形、大きさは、食べてもらう相手にあったものを使用する。  
※ お弁当として持ち運べる容器を使用する。皿等の食器への盛りつけは認めない。
- ② 調理器具・調理用具及び、調理場所は、各自で用意する。

#### (4) 調理動画

- ① 実際に調理している様子をビデオ撮影して、DVD(SDカード可)に記録する。  
「レポート」と共に、必ず郵送する。
- ② 映像は、調理開始から完成まで、動画を途中で停止させない。また、正面から撮影し、調理している様子と調理台が映っていること。
- ③ 50分の動画の録画後に、完成したお弁当のカットを録画してください。(バックは白とする。)
- ④ 調理時は、エプロン、三角巾、マスクを着用していること。  
※ 録画された動画は、規定時間に合うかを確認するためのものです。

### B プレゼンテーション発表場所・参加方法について

- ① リモート送信を使用し、競技本部と双方向通信ができる場所から参加する。
- ② プレゼンテーション発表時は、「競技者」が映るよう、画面を設定する。
- ③ 発表の中で、実際に作ったおべんとうを見せること。
- ④ プレゼンテーション発表の時間は、60秒間とする。
- ⑤ 発表後、審査員の先生方から質問されることもあります。

◆ 全国大会に出場が決定した場合、全国大会当日の送信不通を考慮するため、実際にプレゼンテーション発表をしている様子をビデオ撮影し、DVD（SDカード可）に記録して、レポート・材料表のカラーコピーとともに郵送してください。

## 12 注意事項

- ① 2群については、各食品の重量で表記してください。（牛乳に換算しない）
- ② 主食がご飯の場合、米の重量なのか、ご飯の重量なのかを明記してください。
- ③ おべんとう写真のカメラ位置は真上から、背景は白のものを用意してください。
- ④ 映像は、調理開始時間より動画を途中で停止せず、調理台全体が映るように撮影してください。
- ⑤ 競技2週間前から健康チェックと体温測定を行い、記録してください。

## 13 表彰

文部科学大臣賞	女子栄養大学学長賞	厚生労働大臣賞
公益財団法人つくば科学万博記念財団理事長賞		全日本中学校技術・家庭科研究会会長賞
日本家庭科教育学会会長賞		全国家庭科教育協会会長賞
東京都公立中学校PTA協議会会長賞		全国農業高等学校長協会賞

など 申請中

## 14 参加申込

- (1) 申込期限 **令和3年11月25日（木）**
- (2) 申込先 ※ **申込みに関するお問い合わせは、迎までお願いいたします。**

〒260-0853	千葉市中央区葛城2-9-1
	千葉市立葛城中学校 教諭 迎 寿美
TEL 043-227-5566	FAX 043-227-0396

### (3) 申込方法

▽ 所定の用紙に必要事項を記入し、学校長、49都道府県市技術・家庭科研究会の承認を経て申し込む。

- ① 参加申込書（応諾書）※全国大会のものを使用する。
- ② あなたのためのおべんとうレポートのカラーコピー（材料表を含む）1部（原本を送らないこと）
- ③ おべんとうを実際に作っている映像をDVDまたは、SDカードに記録する。
- ④ 「データ送信用ファイル」

▼ レポートなどの書式：全日中Webページ <http://ajgika.ne.jp/>よりダウンロードしてください。

①・②の用紙と③DVD又はSDカードは、レターバックにて、郵送してください。

④ データ送信用ファイルは、[toshimi-mukae@outlook.jp](mailto:toshimi-mukae@outlook.jp)へ添付し、送付ください。

件名は「おべんとうコンクール申し込み」と入力してください。

日程	令和3年 11月 25日（木）	申込み締め切り
	12月 4日（土）	審査
	12月 10日 前後	学校を通じて本人に審査結果を連絡

※結果連絡後、出場決定校は、レポート・材料表のカラーコピー 10部と調理動画及び、プレゼンテーション発表動画を12月17日（金）までに送付してください。

## 15 その他

- (1) 大会期間中の負傷・疾病については、各自で応急処置を行うこととなります。
- (2) 参加生徒の学校名・氏名・作品は、Webページなどで掲載される予定です。
- (3) 全日本中学校技術・家庭科研究会Webページのアドレスは <http://ajgika.ne.jp/> です。
- (4) 保険の加入については、  
教員の監督のもと、競技に参加するため、日本スポーツ振興センターの保険対象となります。

### 申し込みの前に確認をお願いします

- ①  写真のまわりに吹き出しで、料理の説明をしてありますか
- ②  写真のバックは、白になっていますか
- ③  おべんとうの工夫した点(セールスポイント)は、もれなく記入してありますか
- ④  材料表の6つの食品群の分類は、正しく分けてありますか
- ⑤  材料表の各食品の分量は、正しく記入してありますか
- ⑥  材料表の合計欄の下に、対象者の年齢・性別の「1日の摂取量のめやす」を記入してありますか
- ⑦  作り方のページの右上に、一食分の費用は記入してありますか
- ⑧  レポート・材料表はそろい、ページ番号を記入し、左上をホッチキス止めしてありますか
- ⑨  申し込み一覧(郵送用)は、そろっていますか
- ⑩  返信用封筒のスマートレター(180円)に、宛名は記入してありますか
- ⑪  準備から片付けまでを録画したDVDまたはSDカードは、同封しましたか
- ⑫  レポートの原本は、手元に残してありますか
- ⑬  郵送用とは別に、データ送信用の申し込み一覧をメールで送信しましたか
- ⑭  レポート審査に通った場合、1月22日(土)のコンクール(競技審査)に出場できますか。

(出場が決まってから、都合が合わずに辞退するということがないよう、お願いいたします。)

### \* 本コンクールに関わる諸連絡、質問等の連絡先

千葉市立葛城中学校 教諭 迎 寿美

TEL 043-227-5566

FAX 043-227-0396

※生徒氏名等の確認のため、参加申込 ①・②・③ の郵送申し込みとは別に、

④「データ送信用ファイル」は、メールでの送付を必ず行ってください。