

SAITAMA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普段通りの日常生活の中で作られる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 運営 創造ものづくり教育フェア担当、埼玉県中学校技術・家庭科教育研究会事務局

3 会期 令和4年10月中旬 1次審査（予選：レポート審査）
※ 2次審査へ出場する4チームを選出

令和4年11月11日（金） 2次審査（本選：競技審査）
※ 全国大会へ出場する2チームを選出

4 会場 〈2次審査会場〉 春日部市立豊野中学校（本部）
〒349-0133 埼玉県春日部市銚子口130
TEL048-737-0440 FAX048-734-9421
※ 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

5 参加対象者 埼玉県の中学生／個人（1人）競技とする

6 参加費 なし

7 コンクールまでの流れ

	月日	内容	備考
1次	10月7日（金）	レポート・材料表・参加応諾書 提出締め切り (レポートはカラーコピー5部)	・提出書類、提出先については、「12 参加申込」を参照
	10月中旬	レポート審査	レポート審査は、おべんとうフェア担当で行う。
	10月17日以降	レポート審査結果の通知	・レポート審査の結果は、出場校の校長及び担当教員宛てに連絡する。 ・競技審査出場候補者には「実施要項」を送付し、出場確認をとる。
2次	11月4日（金）	動画提出締め切り (調理動画とプレゼンテーション)	・結果通知確認後、出場者は動画を提出
	11月11日（金）	プレゼンテーション発表による競技審査	・結果発表は埼玉県技術・家庭科教育研究会のHPに掲載する。 ・賞状等は、各参加者に郵送する。

8 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分かりやすく記入しているか。

<プレゼンテーション発表>

⑨ 課題設定	テーマに沿った適切な発表であり、課題設定は適切であるか。
⑩ 組み立て	食べてもらう人のことを考えたおべんとうであることや食の重要性が理解されていることがわかる内容であるか。

▲ZOOMの画面共有機能は利用することはできないため、注意してください。

9 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。
 - ・ 調理器具・道具や調理台及び流し台の片付けと掃除（ごみ処理）を行う時間も含まれる。
 - ・ 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 調理準備の時間は、30分とし、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。
 - ・ 材料や調味料等を必要量取り分けたり、包丁を使って切り分けたりする作業はしない。

(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、手元が映るように撮影し、調理している様子と調理台が映っていること。
 - ③ 録画の始めに材料を映し、その後50分の調理動画を撮影してください。
 - ④ 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。）
 - ⑤ 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、90秒以内とする。
- ⑤ 発表内容に写真や図、動画を用いる場合の機械操作等は、発表者自身が行う。
- ⑥ 発表後、審査員の先生方から質問されることもあります。

※ 埼玉県大会に出場が決定した場合、埼玉県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(90秒)をしている様子を動画で撮影し、DVD(SDカード可)に記録して郵送してください。

10 参加に向けての注意事項

- 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、手元と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。

11 表彰

埼玉県技術・家庭科研究会長賞・・・1グループ（全国大会競技審査へ）

優秀賞・・・・・・・・・・・・・・・・・・1グループ（全国大会予選審査へ）

※ 受賞した2グループは、令和5年1月日（土）・日（日）に行われる「あなたのためのおべんとう」コンクール全国大会予選審査にレポートをエントリーする。

※ 各都道府県代表（各1グループ）の中で、事前に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が選出される。

12 参加申込

(1) 申込期限 令和4年10月3日（月）～10月7日（金）必着

(2) 必要書類と郵送・申込先

【必要書類】 ※ 提出されたレポート・写真・材料表は、返却しません。

- | | | |
|----------------|---|--------------------------|
| ① カラーコピーしたレポート | } | <u>左上をホッチキスで止めてください。</u> |
| ② 材料表 | | |

※ レポートの原本は送らず手元に残してください。

③ 参加申込書（応諾書）

※上記①～③は、全日本中学校技術・家庭科研究会ホームページよりダウンロード

【郵送・申込先】 ※ 申込みに関するお問い合わせは、津田までお願いいたします。

〒349-0133	埼玉県春日部市銚子口130
	春日部市立豊野中学校 教諭 津田 美奈子
	TEL 048-737-0440 FAX 048-734-9421

16 その他

(1) 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。

(2) 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 参加申込書（応諾書）は、すべて記入されてそろっていますか
- ⑩ 動画の始めに、調理前の材料を撮影し DVD または SD カードに保存しましたか
- ⑪ 動画の最後に、完成したおべんとうのカットを録画し DVD または SD カードに保存しましたか
- ⑫ 11 と 12 及び、準備から調理、片付けまでを録画した DVD または SD カードを同封しましたか
- ⑬ レポートの原本は、手元に残してありますか
- ⑭ レポート審査に通った場合、11月11日（金）のコンクール（プレゼン審査）に出場できますか。
(出場が決まってから都合が合わず辞退するということがないようお願いします。)

* 本コンクールに関わる諸連絡、質問等の連絡先

春日部市立豊野中学校 教諭 津田 美奈子

TEL 048-737-0440

FAX 048-734-9421