

# 平成28年度「あなたのためのおべんとう」コンクール部門

## 1 目的

- ・中学校技術・家庭科で学習した内容を生かし、おべんとうづくりを行う。その活動を通して知識や技術を習得し、よりよい食生活を目ざ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術を学び合う。また、県内の中学生の交流の場とする。

## 2 期日・場所 平成28年11月19日(土) 静岡市立城内中学校

受付 9:00

開会式 9:30

準備・競技 10:00

閉会式 14:30

## 3 日程

準備 10:00~10:30

競技(調理) 10:30~12:00 競技時間(90分)

プレゼンテーション 12:00~12:30

(口頭・または紙等を利用した発表とする)

昼食(試食・審査・集計) 12:30~14:30

閉会式 14:30~

## 4 参加人数 6グループ(1グループ2人または3人のグループ競技とする)

## 5 審査項目

審査項目	内容
計画	食材・献立 食材・献立が対象者にふさわしいか。
	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、栄養バランスがとれているか。
	規定課題 魚を主菜として効果的に調理し、おべんとうに適した献立になっているか。
技能	手順 調理の手順や作業は能率的に行われているか。
	調理方法 おべんとうに適した調理方法が工夫されているか。 (昼に食べるおべんとうを朝つくるものとする。)
	盛りつけ 彩りや配置を工夫して盛りつけているか。
	味 個々の食材の味を生かし、おべんとうに適した味付けとなっているか。
	安全な作業 用具を適切に扱い、安全に配慮して作業を行っているか。
	環境への配慮 環境に配慮して調理を行っているか。 (食材・水・熱源・器・洗剤等)
表現	完成 時間内に完成することができたか。 (後片付けも含めて90分間以内)
	テーマ等 テーマや構想が、レポートやプレゼンテーションに反映されているか。

\* 「計画」については事前にレポート審査を行い、「技能」「表現」については当日の競技により審査を行う。

## 6 競技について

### (1) 食材

#### ① 規定課題

第17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」コンクールの規定課題に準ずる。

- ・「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 材料費の目安は一人800円以内。（1グループ=1人分800円以内×グループの人数）
- #### ③ 食材は各グループで用意する。調味料もすべて用意する。
- #### ④ 分量はグループの人数+1人分（審査用）で計算する。
- #### ⑤ 審査用の食材の代金（800円とする）は主催者負担とし、大会当日に支払う。

### (2) 競技時間

- #### ① 片づけも含めて90分以内とする。
- #### ② 洗米吸水は競技準備の時間（競技開始前の30分間）に行ってもよい。（炊飯開始も可）乾物等の処理も同様とする。
- #### ③ お弁当箱のふたをしめて完成終了とする。

### (3) お弁当箱や用具、服装について

- #### ① お弁当箱と小物は各自選び持参する。審査用の弁当の箱も用意する。 お弁当箱の色、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 調理用具は本部で用意するが、特別な用具等は各自持参してもよい。
- #### ③ 包丁は安全面を考え、本部で用意するので、持ち込みは禁止とする。
- #### ④ エプロン、三角巾、マスク、ふきん、台ふきん、踵のある上履き（スリッパは危険）を各自持参する。

### (4) その他

・調理室には、生徒と審査員しか入ることができない。付き添いで教員や保護者が来る場合は参加者控え室で待つ。

## 7 レポートについて

- ・レポートは、第17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」コンクールと同じものを使う。
- ・2群については、各食品の重量で表記する。（牛乳に換算しない）
- ・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する。

## 8 参加申込

### (1) レポートの提出 **10月14日（金）午前中必着**

- \* 送料は学校負担とする。必ず郵送をお願いします。
- \* 学校ごとに直接下記の提出先にレポートを提出する。

### (2) レポート審査結果の連絡

- ・11月19日のコンクールに参加するグループの学校には11月上旬に連絡する。
- ・11月19日のコンクールでの優勝者は全国大会に静岡県代表として出場する。

### (3) レポートの提出先

焼津市立豊田中学校  
〒425-0086

竹原多津乃（おべんとう部門責任者）  
静岡県焼津市小土301-2

Tel 054-627-1166

Fax 054-626-1934