

平成30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30年11月17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19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。（3人グループならば、審査用を含め、1人分800円以内×4となる。）
- #### ③ 分量はグループの人数+1人分（審査用）で計算する。
- #### ④ 食材は各グループで用意する。調味料もすべて用意する。

(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19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12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17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17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

静岡市立清水第七中学校
〒424-0886

友田未由紀（おべんとう部門責任者）
静岡県静岡市清水区草薙三丁目9番地20号

Tel 054-345-5478

Fax 054-345-5479