中学校 技術・家庭科　　R.7.6.1.

第25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　(1)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。

(2)**普段通りの日常生活(ケの日)の中で、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。

(3)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、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　HP http://ajgika.ne.jp/

3 共 催　学校法人香川学園 女子栄養大学

4 会 期　令和8年1月25 日(日)

5 会 場　〈競技会場〉女子栄養大学(駒込キャンパス)　JR山手線・地下鉄南北線駒込駅より5分

東京都豊島区駒込3－24－3

〈本部会場〉東京都立六郷工科高等学校　【 開催日:R.8.1.31(土)】

京急線(普通電車)『雑色(ぞうしき)駅』下車　徒歩 3 分

〒144－8506　東京都大田区東六郷 2-18-2　TEL　03－3737―6565(代)

6 時 程

1月25日(日)　競技会場:女子栄養大学 【開門・開場の 9 時 20 分より前の来場は、お控えください】

9:30	受付開始 (開門・開場は9:20～)	12:25 12:45	1 分間のプレゼンテーション 競技会場よりチーム毎に退出
9:40 9:55 ～10:10	準備説明 (9:45～競技会場へ移動) 調理台使用説明(3 分間) 米研ぎ・乾物戻し等(10 分間)	12:50	試食審査開始
10:15	開 会 式	14:00	審査委員長より講評 ・ 諸連絡 表彰式は行わず、競技の結果は、翌日全日中HPに掲載、結果発表とする。
10:35	会場説明 (10:30～ 競技会場移動開始)	14:15	解 散 (昼食場所として生徒控室を利用できる)
10:50～ 10:55～ 12:20	道具確認など準備時間(5分間) 競技(85 分間) 調理準備から実調理・完成まで	14:30	生徒控室の最終退室

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者。

(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チーム)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、**全国大会出場チームを16チーム選出**する。

8 参加費　2,000円(1チーム)【プログラム1冊贈呈】　交通費・宿泊費は個人負担。

9 参加人数　1チーム、1～2人でのチーム競技とする。1人は交代可、事前に応諾書を提出する。

10 コンクールまでの流れ（参加申し込みのａ～ｅは、13 参加申込方法 に準ずる）

月　日	内　容		備　考
11月 26日(水)	参加申し込み	a　データ送信用一覧 送信 16時〆切	・電子メールにて、添付送信する。
11月 27日(木)		b　参加申込書(応諾書) c　レポートカラーコピー　1 部 d　材料表　1 部 e　返信用 レターパックライト	・レターパックライトで郵送、必着。 ・本要項 13 参加申込方法及び、14(1)を参照のこと。
11月 29日(土)	**レポート審査**		・運営委員が審査を行う。
12月　5日 以降 12月15日(月)	レポート審査結果の通知 全国大会出場決定校は以下を郵送する c レポートカラーコピー　11 部 d 材料表　11 部		・校長及び、担当教員宛に連絡する。 ・レターパックライトで郵送、必着。
	f 揚物･電化製品確認用紙を PDF 形式にて電子メール添付送信する。16時 〆切		･詳しくは、レポート審査結果とともに通知する。
1月 25日(日)	**コンクール(競技審査)**		・6 時程を参照のこと。

11 審査項目

＜レポート及び当日の競技を含む＞

計画・技能	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ており、栄養バランスが取れていて、調理方法にも偏りはないか。
	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 手順	調理の手順や作業は、能率的･衛生的に、行われているか。
	⑤ 調理方法	おべんとうに適した調理方法が工夫されており、示されているか。
	⑥ 盛りつけ	彩りや配置を工夫し、盛りつけているか。
	⑦ 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。 また、レポートにも記載されているか。
	⑧ 安全な作業	用具を適切に扱い、安全に配慮して作業を行えているか。
	⑨ 環境への配慮	環境に配慮した食材や手法であるか。(食材、水、熱源、器、洗剤等)

＜表現(プレゼンテーションを含む)＞

表現	⑩ 完成	時間内に完成することができたか。(準備･後片付けも含め85分間)
	⑪ 課題設定	テーマに沿う適切な発表であり、課題設定は適切であるか。
	⑫ 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。

おべんとうの調理規定

(1) 材 料

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。
　ただし、甲殻類(エビ、イカ、カニ)は、規定課題とはみなさない。

② おべんとうの対象者を具体的に設定し、年齢･性別をレポート用紙に明記する。
　対象者にあった分量･材料･調理方法などを工夫をする。

③ おべんとうは、チームの人数分＋試食用1名分をつくる。

④ 材料費の目安は1人分 1000円以内とする。(**チームの人数分＋試食用1名分**)×1000円(税込)

⑤ 競技当日の材料は、各自で用意する。

⑥ 次の基本調味料は、会場に用意したものを使用する。
　【 砂糖･塩･酢･醤油･胡椒･植物油･酒･みりん･小麦粉･片栗粉 】
　これ以外の特別な調味料は、各自で準備する。

⑦ 各自で準備する調味料の計量は、競技時間内に行う。(**あらかじめ、分量を量り、小分けにしてこない。**)

（2） 競技時間

① 洗米・吸水・乾物のもどしは、開会式の前に 10分間の下準備時間を設ける。（詳細は事前に知らせる）

② 道具確認など準備時間を競技時間とは**別に5分間**とる。

③ 調理の下準備・調理・片付けを全て含めて、85分以内で行い、**おべんとうのふたをしめて完成、終了**とする。

④ 食材・調理用具や調理台及び、流し台などの片付けと掃除（ごみ処理）までを、競技時間内に行う。

表現（プレゼンテーション）

（1） 競技終了後に審査委員の前で、完成したおべんとうを置いて、1分間のプレゼンテーションを行う。

（2） プレゼンテーションの内容も審査の対象とする。

（3） 原稿は、事前に用意してくる。（用紙は 全日中 HP http://ajgika.ne.jp/ よりダウンロードする。）

（4） 競技終了後すぐにプレゼンテーションを行うため、プレゼンテーションに使用する物は、食材料等と共に競技会場へ持ち込む。（使用するボード等は手で持つ。ホワイトボード等の準備はできない。）

（5） 発表時は、競技会場に設置されているマイクを持ち、使用する。（ホワイトボードの用意は無い。）

◆レポート作成上の注意点、用具について、競技当日の持ち物・調理競技時の注意点については、別紙参照の事

12 表 彰　入賞者への賞状授与は会場では行わず、後日本部より配送する。（2月下旬発送予定）

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

13 参加申込方法　（電子メール a 及び、郵送する項目 b～e は、10 コンクールの流れに通じる）

（1）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**。

（2）参加申し込み書等のデータは、全日中HP http://ajgika.ne.jp/ よりダウンロードして使用する。

（3）電子メールと郵送（レターパック）で、それぞれ指定されたものを送る。

【電子メールで送るもの】　令和 7 年11月26 日（水）16時 締切

a 「データ送信用一覧」を **全日中 HP** http://ajgika.ne.jp/ よりダウンロードし、入力時の書式に留意し、必要事項を入力のうえ、以下の**データ送信先に添付送信**する。

> 件名は「おべんとうコンクール申し込み ○○中（学校名）」とする。
>
> 市原市立ちはら台南中学校　教頭　古屋 義和　宛て　　TEL　0436-52-1781
>
> 【メール送信先】　gika_chiba@yahoo.co.jp

【レターパックライトで郵送するもの】　令和 7 年11月27日（木）必着

b 参加申込書（（応諾書）参加人数分）　※ 13 参加申込方法（2）及び、14（1）を参照のこと。

c 「レポート」のカラーコピー　**1 部**　◆「レポート」・「材料表」の原本は、送らずに手元に残すこと。

d 「材料表」のコピー　**1 部**

e 返信用 レターパックライト（**430** 円）　● 返送先 ・ 宛名 を記入し、同封のこと。

> 【郵 送 先】　〒264－0032　千葉市若葉区みつわ台 2―41－1
>
> 千葉市立みつわ台中学校　教諭　横山　由佳子
>
> TEL　043－255－3631　FAX　043－284－4984
>
> メールアドレス　Yokoyama.yukako.a.5916@gmail.com

【 郵送申し込みの前に確認をお願いします 】

① □　手書きの場合、ペンで明確に、はっきりと書いてください。

② □　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。

③ □　写真に撮ったおべんとうのバックは、白になっていますか。

④ □　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。

⑤ □　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。

⑥ □　材料表の各食品の分量は、正しく記入してありますか。

⑦ □　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。

⑧ □　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。

⑨ □　レポート・材料表はそろい、ページ番号を記入し、**左上をステープラー止め**してありますか。

⑩ □　返信用封筒のレターパックライト(430円)に、**返送先**・**宛名**は、**記入**してありますか。

⑪ □　4種類の郵送書類は、そろっていますか。 参加申込書(応諾書):参加人数分

レポートのカラーコピー　材料表のコピー　返信用**レターパックライト**

⑫ □　**レポートの原本は、送らずに手元** に残してありますか。

⑬ □　レターパックでの郵送とは別に、a データ送信用一覧をメールにて、添付送信しましたか。

⑭ □　レポート審査に通った場合、1月25日(日)のコンクール(競技審査)に出場できますか。
出場決定後に、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。

14　その他

（1）　感染症等でチームに欠席者が出た場合、チーム 2 名のうち1名は、欠席者の代わりに他の生徒が出場することができます。原則として参加申込時に、代わりに出場する生徒の応諾書も提出してください。

（2）　競技に参加する生徒の学校名、氏名、作品等はWebページに掲載されます。

（3）　大会期間中の負傷・疾病については、競技会場では応急処置のみ行います。教員引率の場合、競技参加者は、日本スポーツ振興センターの保険対象となりますが、保護者引率の場合は、その対象にはならないため、旅行保険「国内旅行保険」の加入等、各自で対応をお願いいたします。

（4）　生成 AI に関しては、文部科学省「初等中等教育段階における生成 AI の利用に関する暫定的なガイドライン(令和5年7月18日)」に基づいて『全国中学生創造ものづくり教育フェア』を行います。ご指導される先生方や参加される生徒の皆さんは、参加や作品の応募・提出前に必ずご確認ください。全文をお読みいただいた上で、特に、5ページの【(2)生成 AI 活用の適否に関する暫定的な考え方】や、6ページの【長期休業中の課題等について(文章作成に関わるもの)】をよくお読みください。

（5）　レポート及び当日の競技等については、「別紙 **補足事項**」**を必ずご参照ください。**

15　本コンクールに関わる問い合わせ先

千葉市立川戸中学校　校 長　豊川 ますみ

TEL　043－264－5110　　FAX　043－268－4843

メールアドレス　masumi9489@city.chiba.lg.jp