令和５年度いばらき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　開催事項

1　目　　的

〇中学校技術・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。

〇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」の重要性を知り，これからの生活を展望して，課題をもって食生活をよりよくしようとする能力と態度を育てる。

〇栄養と調理について基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに，地域の食文化について関心と理解を深める。

2　主　　催　茨城県教育委員会

3　共　　催　茨城県教育研究会

4　審 査 日　令和５年 11 月中旬（なお，生徒・保護者は集まらないものとする。）

5　競技内容

第 23 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」コンクールの競技ルールに準じて，茨城大会を実施する。その中で，茨城大会においては、調理動画の提出は求めない。

⑴　選考内容

①「あなたのためのおべんとう」レポート（出来上がり写真も含む）

②「材料表」

※レポートは，「７　審査に関する事項」の「⑴　レポートの審査項目」を満たすこと。

6　出場・競技にかかわる事項

・出場資格は，中学生として，個人（1 人）でおべんとうを作る。作成中は，競技者への支援や助言を一切行わない。

・おべんとうを作るのは個人（1 人）であるが，作成中のけがや事故等に対応できる大人（保護者や先生等）がそばにつくようにする。

・「あなたのためのおべんとう」レポート，材料表を５部カラーコピーし，11 月２日（木）までに担当宛てに提出する。※レポート，材料表は Web ページからダウンロードする。

・生徒一人につき，出展作品は一つとする。

・２群については，各食品の重量で表記する。

・主食がご飯の場合は，米の重量なのか，ご飯の重量なのかを明記する。

・調理台の上に市販のラックを使ったり，調理台の収納スペースを使ったりし，床などに用具を置くスペースは増やさないこと（安全面，衛生面を考慮して）。

7　審査に関する事項

⑴　レポートの審査項目

※以下の項目が分かりやすくまとめてあるか。

①　食材・献立	・食材・献立が対象者にふさわしいものか。（年齢，分量，好み等）
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，栄養のバランスが取れているか。
③　規定課題	・規定課題の**「魚」**（甲殻類を除く）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	・お弁当に適した調理方法が工夫され，示されているか。
⑤　盛り付け	・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。

⑵　調理規定について

①　調理時間	・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） ・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	・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。 ・材料費の目安は 1 人分 850 円以内とする。
③　用具	・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付けは認めない。 ・調理器具・調理用具は各自で用意する。

⑶　審査員

県指導主事　他

⑷　審査結果及び表彰など

・上位入賞者は，11 月 16 日（木）～17 日（金）に担当者から参加申込書（応諾書）に記載されている学校電話番号に連絡する。（表彰式は行いません。）

・上位入賞者は，相談の上，第 23 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」コンクール全国予選審査会にレポートを応募することができる。（その場合は，全国予選審査会までに調理動画を作成し提出する。）

10　参加申込みについて

⑴　Web の登録

〇登録期間

令和 5 年 9 月 5 日（火）～令和 5 年 10 月 27 日（金）

○登録方法

教育プラザ Web ページより，家庭，技術・家庭科研究部＞教育フェア＞あなたのためのおべんとうコンクール Web 応募フォームをクリックし，下記の URL へ移動し申込み事項を送信する。

【Google フォームアンケート「あなたのためのおべんとう」コンクールの参加申込み URL】
https://forms.gle/8VKbSUUqsRt6N8PB8
※回答は，茨城県教育委員会と信頼できる組織のユーザーに限定しています。
教育情報ネットワークにログインした状態で登録よろしくお願いします。

参加申込み用 QR コード

⑵　申込書（応諾書）の提出

○提出期間

令和 5 年 10 月 23 日（月）～令和 5 年 11 月 2 日（木）

○作成および提出方法

①参加申込書（応諾書）※を下記 Web ページからダウンロードする。

②Web 登録した作品の製作者の参加申込書（応諾書）を，保護者印，職員など，記入漏れがないように確認し，締め切りまでに「あなたのためのおべんとうコンクール」担当者宛てに送付する。

※なお，参加申込書（応諾書）については，審査終了後，各校の担当教員に返却するものとする。

⑶　レポート等の提出

○提出期間

令和 5 年 10 月 23 日（月）～令和 5 年 11 月 2 日（木）

○作成及び提出方法

①「あなたのためのおべんとうコンクール」レポート，材料表※を下記 Web ページからダウンロードする。

②それぞれ 5 部カラーコピーし，提出期間内に担当者に提出する。

※　参加申込書（応諾書），「あなたのためのおべんとう」レポート，材料表については，下記 Web ページよりダウンロードする。
茨城県教育研究会家庭，技術・家庭科研究部 Web ページ
「https://kyoikuplaza-ibk.or.jp/kenkyukai/」各研究部→家庭技術・家庭教育研究部

11　問い合わせについて

下記担当者までご連絡ください。

いばらきものづくり教育フェア　事務局
「あなたのためのおべんとう」コンクール　担当　北茨城市立中郷中学校　横沢　江里佳
〒319-1552　北茨城市中郷町足洗 508
TEL：0293 – 42 - 1175
FAX：0293 – 42 - 1356