

1 学校名	中学校
2 学年・クラス フリガナ	年 組 (出席番号 番)
3 氏名	
4 料理のタイトル	
5 使用した噛みごたえのある食材	
6 この料理をアピールしてください。	

料理の写真や絵を貼ってください。

作り方

材料：4人分の分量 (gまたは目安量) 例：米…2合、人参…1本(150g)

きりとり線

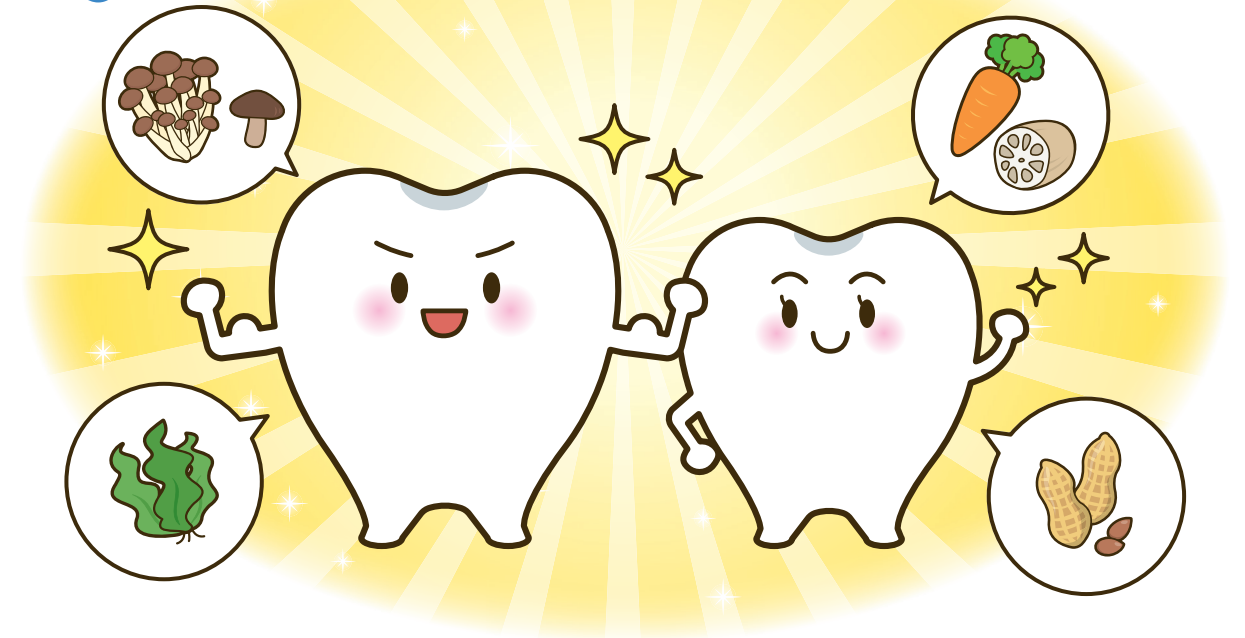


江東区食育推進計画(第四次)
推進事業

2026 おいしいメニューコンクール

成長期を支える!

噛む力UPメニュー



丈夫で健康な体をつくるためには、バランスの良い食事と正しい生活習慣だけでなく、しっかり噛むことも大切です。しっかり噛むことで歯や口の病気を予防したり、消化を助けたり、脳を刺激して発達を促すなど、体にとっていいことがたくさんあります。毎日の食事で意識して噛んだり、噛みごたえのある食材を積極的に取り入れていきましょう。
今回は、**噛みごたえのある食材を使ったアイデア料理**を募集します。

応募方法

- 1 応募区分(中学生の部、ファミリーの部)を選んでください。
- 2 「成長期を支える!噛む力UPメニュー」をテーマに応募してください。
- 3 提出方法は、電子データまたは、所定の応募用紙にて小学校・中学校及び義務教育学校へ提出してください。
- 4 保健所への提出期限は、**令和8年9月4日(金)**必着でお願いします。

審査と表彰

- 1 一次審査は、書類審査です。
- 2 二次審査は、**令和8年10月10日(土)**に実際に料理を作っていただき、調理・試食審査を行います。
- 3 表彰式は、**令和8年11月23日(月・祝)**に江東区文化センターにて行います。
- 4 優秀作品には、賞状と記念品を授与します。
- 5 優秀作品はレシピ集を作成し、区のホームページなどに掲載する予定です。

問合せ先

江東区健康部(保健所)健康推進課 栄養指導担当
電話 03-3647-6713

第22回 江東区おいしいメニューコンクール募集要領

1 目 的	江東区では、食の大切さを学び、健康づくりの基礎となる正しい食習慣を身につけることを目的に、小・中学生を対象としたメニューコンクールを開催しています。
2 名 称	江東区おいしいメニューコンクール
3 主 催	江東区健康部（保健所）
4 募集テーマ	「 <u>成長期を支える！噛む力UPメニュー</u> 」（ <u>1人1点のみ</u> ） ※60分以内で調理ができるレシピであること。 ※ <u>食材の調達</u> が日常、店頭で手に入るものであること。 ※噛みごたえのある食材を使用していること （例：根菜、海藻、きのこ、乾物、ナッツ類など）
5 応募資格	① 中学生の部 は、 1名 で参加。 ② ファミリーの部 は 小学生以下の子どもと保護者 で、江東区在住の方。 ③ 応募作品は未発表及び発表予定のない オリジナルなもの であること。 ④ 応募作品の著作権は江東区に帰属し、返却は行いません。 ⑤ 応募に伴う個人情報は、本コンクールの目的以外では使用しません。
6 応募方法	電子データまたは、所定の応募用紙にて、小学校・中学校及び義務教育学校へ提出してください。
7 提出締切	<u>令和8年9月4日（金）必着</u>
8 審査方法	① 一次審査は、書類審査により入選者を選定します。 二次審査に選ばれた方には、9月中旬に二次審査の時間等、詳しい内容について学校を通じてご連絡いたします。 ② 二次審査では、実際に調理をしていただき審査します。 日 程 ：令和8年10月10日(土) 場 所 ：城東保健相談所（大島3-1-3） 審査基準等詳細については、審査規定を別に定めます。 使用する食材及び購入費については、主催者で用意し負担します。
9 表 彰	① 表彰式は、令和8年11月23日（月・祝）江東区文化センターにて行います。（二次審査参加者対象） ② 優秀作品には、賞状と記念品を授与します。 また、レシピ集を作成し、区ホームページ等へ掲載します。
10 申込・問合せ先	江東区健康部（保健所）健康推進課 栄養指導担当 〒135-0016 江東区東陽2-1-1 電話3647-6713

きりとりせん

おう ぼ しょう し
おいしいメニューコンクール応募用紙

健康所記入欄

1 学校名
しょう がかう けいめい
小学校

2 学年・クラス
がく ねん ねん
年 年

フリガナ
し けいめい
氏名

3 氏名
りょう り けいめい
氏名

4 料理と一緒に作る人の氏名
りょう り いっしょ しょう けいめい
料理と一緒に作る人の氏名

5 料理のタイトル
りょう り
料理のタイトル

6 使用した噛みごたえのある食材
し りょう り しょくざい
使用した噛みごたえのある食材

7 この料理をアピールしてください！
りょう り
この料理をアピールしてください！

1 学校
しょう がかう けいめい
小学校

2 学年・クラス
がく ねん ねん
年 年

フリガナ
し けいめい
氏名

3 氏名
りょう り けいめい
氏名

4 料理と一緒に作る人の氏名
りょう り いっしょ しょう けいめい
料理と一緒に作る人の氏名

5 料理のタイトル
りょう り
料理のタイトル

6 使用した噛みごたえのある食材
し りょう り しょくざい
使用した噛みごたえのある食材

7 この料理をアピールしてください！
りょう り
この料理をアピールしてください！

料理の写真や絵を貼ってください。
りょう り しゃ しん え
料理の写真や絵を貼ってください。

つく かつ
作り方

材料：4人分の分量（gまたは目安量）例：米…2合、人参…1本（150g）
ざい りょう にん ぶん ぶんりょう
材料：4人分の分量（gまたは目安量）例：米…2合、人参…1本（150g）