

## ◇食 with プロジェクト ～レシピ甲子園コンテスト～

[はじめに]

読売新聞大阪発刊60周年記念共催事業として、平成24年度から「食 with プロジェクト」を展開している。本プロジェクトは、健康な生活を送るために欠かすことができない「食」について読者とともに考えていくことを目的に、「食材に触れる」、「調理を行う」、「料理を食べる」など、さまざまな角度から食に関するイベントや紙面特集による継続的な食育の普及啓発を行うものである。その中で、平成25年度に高校生が作る朝ごはん「第1回 食 with レシピ甲子園コンテスト」が実施され、1346名の応募から個人賞7作品と団体賞18校が、平成26年の第2回では2316名の応募から個人賞8作品、団体賞19校が選ばれ公表された。本年度も「第3回 レシピ甲子園コンテスト」を以下に示す通り実施した。

第3回「食 with レシピ甲子園」の実施内容	新聞掲載日・企画実施日・実施場所	備 考
・食 with 甲子園プロジェクト記事	読売新聞東京本社版・中部支社版 H27年5月15日	社告
・食 with 甲子園プロジェクト記事	読売新聞大阪本社版・西部支社版 H27年5月16日	社告
・1736の高校にレシピ募集DM発送	H27年5月27日	応募申請用紙発送
・食 with 甲子園特集記事 「高校生時代の朝食こそ将来の健康づくりの基本！」	読売新聞大阪本社版 H27年6月7日号	特集・募集要項
・広報活動記事 「京都女子大学教授 食の大切さ訴え 兵庫で出前授業」	読売新聞京都版 H27年7月14日	成田宏史教授による出張講演紹介 成田宏史教授による出張講演紹介 イベント案内・募集要項
・広報活動記事 「京都女子大学教授 食の大切さ訴え 武庫荘総合高で授業」	読売新聞阪神版 H27年7月14日	
・「京都女子大学オープンキャンパス×食 with レシピ甲子園コラボイベント」紹介記事	読売新聞 H27年7月16日号	
・京都女子大学オープンキャンパス・イベント 中山教授による特別講演、有坂氏と食物栄養学科学生によるトークショー、栄養クリニック見学会	H27年8月5日 講演会場：京都女子大学B501 ロビーで栄養クリニック紹介 見学会：栄養クリニック(R研究棟)	講演参加者約81名 見学者約38名
・イベント紹介記事・京都女子大学オープンキャンパスイベントから「栄養学の大切さ学んで レシピ甲子園審査員 訴え」	読売新聞京都版 H27年8月6日	イベント紹介
・食 with レシピ甲子園募集記事 京女生から応援メッセージ1号 京女生から応援メッセージ2号	読売新聞大阪本社版・東京本社版 H27年8月9日 読売新聞大阪本社版・東京本社版 H27年8月12日	募集要項、学科学生3名からの応援メッセージ
京女生から応援メッセージ3号	読売新聞大阪本社版 H27年8月18日	
・募集要項、広報記事 「笑顔で朝食 少し工夫を 京都女子大学・中山教授に聞く」	読売新聞京都版 H27年8月28日	募集要項、広報

「レシピ甲子園」全国高校生からの作品応募	H27年9月15日〆切り	応募者4168名
「レシピ甲子園」応募作品一次審査 「レシピ甲子園」応募作品二次審査	H27年9月下旬～10月上旬 H27年11月中旬	89作品選出 優秀賞8作品、奨励賞9作品選出
「レシピ甲子園8作品」の最終審査会および 個人賞・団体賞の表彰式	H27年12月13日 10:00～16:30 審査会：B203、B211 表彰式：栄養クリニック3F	最終審査会24名 奨励賞・団体賞14名
「レシピ甲子園」結果特集号	読売新聞大阪本社版 H28年1月4日	審査結果広報記事
取材記事「朝食レシピ“甲子園”」	本願寺新報1月20日号	H27年12月13日取材

・ <http://www.yomiuri-osaka.com/shokuwith/report.html> にて関連情報掲載

### 「京都女子大学オープンキャンパス×食 with レシピ甲子園 コラボイベント」

オープンキャンパスとのコラボで、食物栄養学科を志望している高校生を対象に、「食育の重要性を考える—『食』のスペシャリストを目指すあなたへのメッセージ—」と題して、特別講義を行った。

食育の重要性や「食」のスペシャリストとしての管理栄養士、栄養教諭、食品衛生管理者の仕事内容について概説し、高校生へのメッセージとして、早寝早起き朝ご飯や栄養バランスの重要性について講義をした。

講義の後、トークショー：「Let's Enjoy 朝ごはん—人気フードアーティスト有坂翔太さんと食物栄養学科学生が語る—」が開催された。

有坂氏と食物栄養学科学生3名のトークショーでは、スライドショーを見ながら、学生の取り組み等も紹介された。4回生山本弓恵さんは、附小スクールランチのボランティアリーダーとして、お楽しみ献立作成や食育の内容、栄養教諭を目指していることなどを話した。4回生澤美由紀さんは、病院栄養士を目指しており、糖尿病食のレシピコンテストに応募する作品などの紹介をした。また、1回生の斎藤佳苗さんは、第1回食 with レシピ甲子園で「朝の彩り30品目ごはん」で最優秀賞を取ったが、当時の応募動機や献立作成のポイント、食に興味を持った話をした。有坂氏と和やかな雰囲気では話が進み、最後に高校生へのメッセージを伝えた。

トークショーの後、有坂氏のレシピ「赤いトマトカレー」をA地下食堂で50食限定販売、その後、栄養クリニックの見学会が行われた。

講演の後、取材を受け、後日、広報記事として、「笑顔で朝食 少し工夫を」と題し、高校生時代に朝ご飯を欠食する習慣が多くなることから、朝食の重要性や、少し工夫して栄養バランスを考え、家族みんなで朝食をとることなどについて、記載していただいた。(中山玲子)

「オープンキャンパス・栄養クリニック見学会参加者の感想」：「清潔感のある整備された施設で研究や実践的な学習ができるのが素晴らしい。地域連携事業活動、国家試験合格率100%の実績など素晴らしく、管理栄養士に求められている内容も知ることができ、是非、入学できれば参加してみたいと思いました。娘には、こんな環境で学んで欲しいと思いました」など。

### 〔甲子園レシピの応募と審査過程〕

「食を通して、家族を笑顔に」をキーコンセプトとし、高校生を対象としたレシピコンテスト「第3回食 with レシピ甲子園」を開催し、北は青森から南は沖縄まで昨年度より約2倍も多い4168作品の応募があった。夏休みを活用し家族や自分の健康を考えて、家族に喜んでもらうために作る朝ごはん、慌ただしい朝に簡単に作れて栄養バランスのよい朝ごはんのオリジナルレシピを募集した。朝ごはんのテーマと料理名、レシピ、料理の特徴、家族などに実際に食べてもらった感想文から審査した。①テーマとの合致、②栄養価と食材の生かし方、③新規性・独創性、④再現性（3人分レシピの適切な記載）、⑤60分以内での調理完成度を5点×5の25点満点で評価した。

高校生らしい作品名が多く、特に、「便秘症のお母さんや野菜嫌いの兄弟・姉妹のために」、「忙しい父母のために」、「祖父母のために」などと家族のことを考えた作品が多く、朝ごはんの重要性をしっかりと考え、夏野菜を使って不足しがちな栄養が摂れるなどの工夫がみられ、食欲不振の者にも食べやすい料理など、評価すべき作品が多く嬉しかった。しかしその反面、使用材料の重量に明らかな誤りや適量、少々の記述が余りにも多く、作り方が不明瞭など、料理の再現が難しいものもあった。

第二審査は第一審査で選出された89作品の中から17作品を選び、その中から、最終審査対象となる8作品を選出し、惜しくも最終作品に漏れた残りの9作品を本年度から奨励賞とした。最終審査に残った8名は12月13日（日）に本学にて、準備から盛り付けまで60分間で試作し、昨年度に引き続き若手料理研究家・有坂翔太氏をお迎えし、読売新聞代表者1名と栄養クリニック代表者3名の合計5名の審査員による上述の①～⑤の評価に加え、試食評価（味、食べやすさ、食感）から審査を行った。その後、各自の作品について1～2分のPR後に、審査員からの質問に答えていただいた。

最終審査会の当日、家族や高校教諭の付き添いで遠方からも参加され、慣れない施設での挑戦は大変緊張が感じられたが、皆さん前向きな態度で一生懸命に挑戦して、全員が時間内に完成することができた。昨年度から食物栄養学科の調理実習室を使用し、学科の実験助手1名、LS1名、院生と4回生の2名に加わっていただき、スムーズに進行した。

その後、栄養クリニックに場所を移して表彰式の準備時間を使い、表賞式参加者の方々を対象に、栄養クリニック長から栄養クリニックの設置目的と活動実態について紹介を行った。

### 〔表彰式・コンテスト結果〕

高校生とその家族・高校教諭、京都女子学園および読売新聞社関係者で、栄養クリニック3Fにて表彰式が挙行された。プレゼンターの本学学長、栄養クリニック長、読売新聞大阪本社広報局第3部部長から、次頁に記載の方々に表彰状と賞金、記念品が贈呈され、その後、最終審査の8作品に対して4名の審査員から丁寧なコメントがあり、今後の励みになると思われた。受賞者はインタビューを受けた。次頁に示す個人賞8作品の詳細については、前述のHPをご覧ください。



- ・最優秀賞・文部科学大臣賞：「さっぱりちゃちゃちゃ（茶）朝ごはん!!」  
倉富母恵香 山口県・厚狭高等学校2年
- ・京都女子大学優秀賞：「名古屋に住むおじいちゃんおばあちゃんに食べてほしい『まごはやさしい』食材を使った名古屋風朝ごはん」  
湯澤 茜 奈良県・奈良女子大学附属中等教育学校4年  
(高等学校1年)
- ・有坂翔太特別賞：「パクパクっと、朝ごはん」矢井麗香 千葉県・佐倉東高等学校2年
- ・優秀賞（5名）：「自家製野菜の競演」大越康平 岡山県・就実高等学校1年  
「私のおもてなし朝ごはん」岡田梨紗 三重県・神戸高等学校1年  
「野菜たっぷりヘルシーワンプレート」  
岡本悠花・兵庫県・武庫荘総合高等学校3年  
「朝から栄養満点がつつり朝ご飯」西田祐也 奈良県・桜井高等学校1年  
「和洋中の欲張り朝飯」  
三輪千裕 神奈川県・クラーク記念国際高等学校  
横浜青葉キャンパス2年
- ・奨励賞（9名）：乾 優真 徳島県・徳島北高等学校1年、亀井愛梨咲 岐阜県・多治見  
西高等学校2年、川口 裕 徳島県・城南高等学校1年、川原千穂 佐  
賀県・唐津南高等学校3年、清水奏瑛 山口県・宇部高等学校1年、高  
山 唯 岡山県・津山東高等学校3年、谷田実優 奈良県・桜井高等学  
校1年、中川愛鈴 奈良県・桜井高等学校1年、原田あゆみ 長崎県・  
大村高等学校3年
- ・団体賞（11校）：三重県・神戸高等学校、滋賀県・大津高等学校、滋賀県・彦根西高等学  
校、京都府・鴨沂高等学校、大阪府・大阪信愛女学院高等学校、兵庫  
県・篠山産業高等学校、奈良県・桜井高等学校、鳥取県・城北高等学校、  
岡山県・就実高等学校、徳島県・徳島北高等学校、大分県・東九州龍谷  
高等学校  
(木戸詔子)





