

# 令和7年度 高校生「みそ汁コンテスト」開催要項 ～簡単！健康！実だくさん！～



1 目的 高校生の朝食欠食率の改善に向けて、手軽に栄養補給ができ、調理が簡便である「みそ汁」に着目し、高校生の食育を推進する。

ご飯とみそ汁の組み合わせは、栄養学的に理想的な組み合わせであり、日本では古くから朝食で摂取されている。みそ汁は実（具）だくさんにすることで栄養素が補われるだけでなく、減塩を図ることができ、旬の食材や地元の食材を取り入れることができる。

2 主催 島根県教育委員会（保健体育課健康づくり推進室）

3 協力 有限会社 小西本店

## 4 募集の概要

(1) 対象 島根県内の公立学校の高校生（特別支援学校の高等部の生徒を含む）  
特別支援学校の小学部・中学部の児童生徒のオープン参加（＊）を可とする。  
＊表彰の対象とはせず、最も優れた1作品に賞品を贈呈する。応募者全員に参加賞あり。

(2) テーマ 「簡単！健康！実だくさん！～朝はいっぱいのみそ汁を飲もう！！～」

(3) 募集期間 令和7年8月21日（木）～10月22日（水）（必着）

### (4) 応募条件

① 応募は1名～3名で行うこと。

・同一人物が複数応募することは不可とする。

② 応募レシピは、以下を満たすものであること。

・手軽にできるものとし、調理が15分以内でできること。

・味噌は島根県産のものを使うこと。

・味噌の他に島根県産の食材を1点以上使うこと。

・4人分の食材費が700円以内で作れるものであること（購入額ではなく、4人分に換算した食材費）。

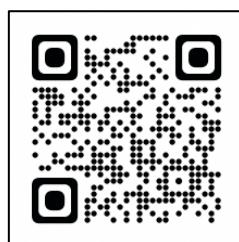
・未発表のこと（オリジナルであること）。

③ 作成したレシピにそって調理した動画を提出すること。

・調理工程がわかるように編集し、動画全体が10分以内となるようにすること。



(5) 応募方法 Google フォーム（※1）に必要事項を記入（動画のリンクを含む※2）し、レシピ（※3）を添付して送信する。 <https://forms.gle/3xLSkxJMQXr6Pg877>



QR コード

※1 Google フォームの入力はログインが必要です。

※2 撮影した動画を Google ドライブにアップロードし、その共有リンクをフォームに入力してください。

ドライブに保存した動画を右クリックして出てくる「共有」を開き、「制限付き」をクリックして、「島根県教育委員会」を選び、「リンクをコピー」をクリックしてコピーされたり  
リンクをフォームに入力してください。

※3 レシピの様式は自由ですが、必要な内容を必ず記載し、PDF で添付してください。

記載が必要な事項については、別紙「応募レシピ見本」を確認してください。

## (6) その他

動画作成の技術的な部分の評価は行わないが、動画内でテーマに沿った内容についてのアピールは審査対象とする。

## 5 審査方法・審査基準

### (1) 審査方法

- ①全応募作品を下表に示す審査基準のうち、味覚・総合を除いて審査を行い、上位5作品を選出する。
- ②上位5作品について、味覚・総合を含めた審査基準に基づき審査を行い、賞を決定する。

### (2) 審査基準

項目	内容	配点
普及性	誰でも作りやすい、時短の工夫がある	10点
	食材が手軽に購入できる	
栄養価値	栄養バランスが考えられている	10点
	減塩の工夫がされている	
独創性	テーマに沿った工夫がみられる、地場産物を活用している	10点
	作り方や食材の活用に創意工夫がみられる、アイデアが斬新である	
味覚	美味しい、食べやすい、食感がよい、味付けに工夫がある	10点
総合	朝食にふさわしいみそ汁である	10点

## 6 審査委員

- ・サンラポーむらくも 総調理長【審査委員長】
- ・有限会社 小西本店
- ・島根県立大学看護栄養学部健康栄養学科
- ・島根県学校栄養士会
- ・島根県教育委員会

## 7 表彰 賞状及び副賞

1月中旬に表彰式を行います。

- |        |      |                        |
|--------|------|------------------------|
| 最優秀賞   | 1チーム | (3,000円のQUOカード+副賞×人数分) |
| 優秀賞    | 1チーム | (2,000円のQUOカード+副賞×人数分) |
| 審査員特別賞 | 1チーム | (1,500円のQUOカード+副賞×人数分) |
| 優良賞    | 2チーム | (1,000円のQUOカード+副賞×人数分) |

副賞は  
「有限会社 小西本店」  
から提供されます。

## 8 結果発表

12月初旬に全ての参加校に通知するとともに、島根県教育委員会のホームページにも掲載する。

## 9 応募作品の取り扱い

- ・応募作品のレシピの著作権、写真・出版物その他への使用権については、主催者である島根県教育委員会に帰属し（学校名、氏名の公表有り）、レシピ及び動画は県のホームページで公開する。
- ・上位5チームのレシピ及び動画は県のホームページで公開する（公開を考慮して応募すること）。

たくさんの応募待ってるにゃ！



島根県観光キャラクター「しまねっこ」  
島觀運許諾第 8742 号

### 【問い合わせ連絡先】

保健体育課 健康づくり推進室 岩地

[TEL] 0852-22-5425

[メールアドレス] iwaji-chiaki@pref.shimane.lg.jp