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）。
・未発表のものであること（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）

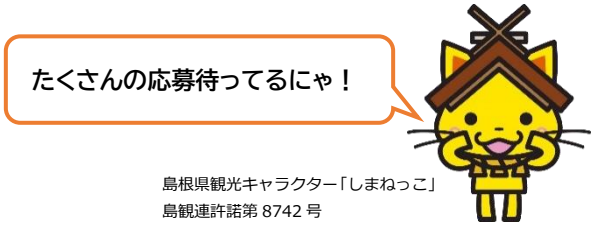
副賞は「有限会社 小西本店」から提供されます。

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）。



島根県観光キャラクター「しまねっこ」
島観連許諾第 8742 号

【問い合わせ連絡先】
保健体育課　健康づくり推進室
［TEL］0852－22－5425