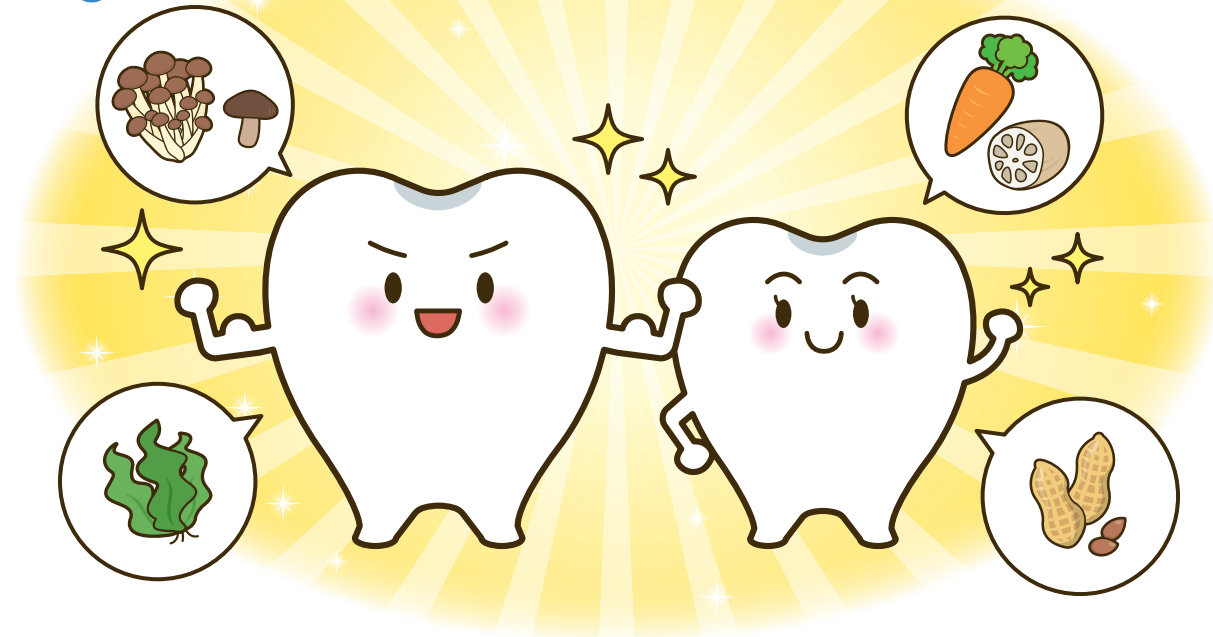


成長期を支える!

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、電子データで小学校・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)**必着をお願いします。

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ください、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

「成長期を支える！噛む力UPメニュー」 （1人1点のみ）

※60分以内で調理ができるレシピであること。

※食材の調達が日常、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

電子データで、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

令和8年9月4日（金） 必着

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