第10回 ぜんこくおやこ ウィズガス

全国親子クッキングコンテスト

炎(ほのお)の調理(ちょうり)で五感(ごかん)を研(と)ぎ澄(す)ます

チームワークが魔法のスパイス!
おいしい&楽しいクッキングに親子で挑戦!!

応募者全員に500円分クオカードプレゼント!

今年も審査委員長はこの方!

[全国大会審査委員長] 服部幸應

はっとり　ゆきお／(学)服部学園理事長、服部栄養専門学校校長。医学博士。内閣府「食育推進評価専門委員会」座長。「早寝早起き朝ごはん」全国協議会　副会長。食育を通じた生活習慣病予防や地球環境保護の講演活動に精力的に取り組んでいる。藍綬褒章、厚生大臣表彰および、フランス政府より国家功労勲章および農事功労勲章を受章。

ウィズガス全国親子クッキングコンテストは
＼応募総数日本一／
のクッキングコンテスト*

※"ユーロモニター調べ、*2013年に応募を受け付けた、調理の実技審査を伴うクッキングコンテストにおいて"

新潟県大会

まずは応募用紙にレシピを書いてご応募ください。
書類選考のうえ、通過されたチームで実技選考を実施します。

応募締切
2016年9月12日(月)

新潟県大会参加チーム大募集!

2016年6月19日(日)より応募受付開始!

詳しくはホームページをご覧ください。 http://www.gas.or.jp/shokuiku/ または 食育ウィズガス 検索

◎**新潟県大会主催**:新潟県ガス協会／(一社)新潟県LPガス協会／(一社)日本コミュニティーガス協会関東支部新潟県部会
◎**全国大会主催**:ウィズガスCLUB〈ウィズガスCLUBを構成する4団体〉一般社団法人 住宅生産団体連合会／キッチン・バス工業会／一般社団法人 日本ガス石油機器工業会／日本ガス体エネルギー普及促進協議会(コラボ)
◎**後援**:総務省／文部科学省／農林水産省／関東経済産業局／全国小学校家庭科教育研究会／東日本料理学校協会／株式会社ABC Cooking Studio

結果報告

第9回 ウィズガス 全国親子クッキングコンテスト

炎の調理で五感を研ぎ澄ます

2016年1月24日（日）に第9回ウィズガス全国親子クッキングコンテスト全国大会が開催されました。会場の「東京ガス新宿ショールーム」には、全国から集まった50,037作品の中から、地区大会を勝ち上がってきた14組28名の親子が集まり、“わが家のおいしいごはん”を競いました。

わが家のおいしいごはん。親子で協力!おいしくできました!!

主催者を代表して開会の挨拶をする
日本ガス体エネルギー普及促進協議会
幡場会長

※第9回時点

グランプリ

わが家の新潟は いいところですよーごはん

簡単たこ飯／のっぺい汁／鮭とやわ肌ネギの焼き漬け／県産ポークの蒸しサラダ／さつまいも茶きん／ゆず風味の茶わん蒸し

関東中央地区代表
新潟県新潟市
堀井 とも子さん
南杜さん【小2】

服部先生からひと言

「新潟の食材を生かした素晴らしい郷土料理を持ってきてくださいました。家庭の味、地域の味で、食べていてほっとしました。こういったほっとするものを、これからもどんどん作ってほしいなと思います」

審査委員

審査委員長

服部幸應 先生

学校法人服部学園理事長、服部栄養専門学校校長、医学博士。食を通じて子供の心と身体を健康にする“食育”の理念を広める活動に積極的に取り組んでいる。

審査委員

土井善晴 先生

料理研究家、フードプロデューサー。1992年に「土井善晴おいしいもの研究所」を設立。現在、テレビ朝日系「おかずのクッキング」にレギュラー出演中。

審査委員

曽我部多美 先生

全国小学校家庭科教育研究会会長。子どもたちが、家族の一員として、生活をよりよくしようとする実践的な態度を育てるために、家庭科教育を推進。

第10回 ウィズガス 全国親子クッキングコンテスト 炎の調理で五感を研ぎ澄ます

応募用紙

応募締切り2016年9月12日(月)当日消印有効

■お料理についてお書きください。

お料理の名前

品数:　　品

※オリジナル「わが家のおいしいごはん」の名前をおしえてね！

材料と分量（4人分）

作り方（調理上のポイントや、手順、工程などを文章やイラストにて）

※コピー可

切り取り線

わが家ならではの工夫（材料や作り方で工夫したポイントなど）

でき上がりの写真または絵（料理の仕上がり具合や盛り付け方などのイメージを写真または絵で）

※書ききれない場合は、この用紙をコピーするか市販の便せんなどにお書きください。　※複数組が応募するときなど、この応募用紙をコピーしてお使いください。

■ご応募される方についてお書きください。

フリガナ お子さまの氏名	性別 男 女	フリガナ 学校名　小学校　学年
フリガナ 保護者の氏名	性別 男 女	ご住所　〒
電話番号　（　　）	E-MAILアドレス（お持ちの方）	ご利用のガス会社

アンケート 1　本コンテストをどこでお知りになりましたか？ 該当するものを○で囲ってください。

①小学校（ポスター掲示）　②小学校（先生からすすめられた）　③小学校（学校での課題として）　④友達・お知り合い
⑤ABCクッキングスタジオ　⑥その他（　　）

アンケート 2　現在御使用のエネルギーで該当するものを○で囲ってください。

①都市ガス　②LPガス　③電気　④石油

ご記入いただきました個人情報につきましては、コンテストのPR及び実施にのみ利用させていただきます。

応募・お問い合わせ先　全国親子クッキングコンテスト〈新潟県大会事務局〉ＴＥＬ 025-245-2217　ＦＡＸ 025-245-3050

きりとり線

おうちで作っている
いつものメニューを教えてね

皆様のご応募を
お待ちしております!

応募用紙の記入例

応募締切
2016年
9月12日(月)
必着

1 料理の名前
自由なイメージで
名前をつけてください。

2 主な材料と分量
材料の組み合わせや栄養のバランス
などが審査の対象となりますので、
具体的にお書きください。

4 わが家ならではの工夫
ふるさとの味・秘伝のアイデアなど、
どんどんアピールしてください。

応募用紙 応募締切り2016年9月12日(月)当日消印有効

■お料理についてお書きください。

お料理の名前 栄養満点！まんぷく杉原家定食！ 品数: 3 品

※オリジナル「わが家のおいしいごはん」の名前をおしえてね！

材料と分量(4人分)

たらこ卵丼
- たらこ 100g
- 鶏卵 4個
- たまねぎ 1/2個
- めんつゆ 小さじ1弱
- 酒 小さじ1弱
- ごま油 適量
- 焼のり 適量

チンゲン春雨麻婆スープ
- チンゲン菜 2束
- 水 400cc
- 豚ひき肉 80g
- ごま油 適量
- 春雨 30g
- おろししょうが 小さじ1
- おろしにんにく 小さじ1
- ☆ 酒 大さじ1
- オイスターソース 大さじ1
- 鶏ガラスープの素 小さじ1
- 豆板醤 小さじ1

れんこんはさみ焼き
- れんこん 200g
- オクラ 2本
- 片栗粉 適量
- ☆ 鶏ひき肉 200g
- パン粉 大さじ2
- 酒 小さじ1
- おろししょうが 小さじ1
- 塩こしょう 適量
- サラダ油 適量

作り方(調理上のポイントや、手順、工程などを文章やイラストにて)

たらこ卵丼
① たらこを1cmくらいの輪切りに玉ねぎをくし切りにする。
② フライパンにごま油を熱し、玉ねぎを強火で炒める。
③ たらこを入れ、弱火で軽く炒める。
④ たらこに火が通ったら、卵を入れて中火にし、たらこをほぐしながらやさしく混ぜる。
⑤ 卵がフワッとなる程度に炒め、めんつゆを入れ軽く混ぜて火を止める。
⑥ ちぎった焼きのりをのせてできあがり。

チンゲン春雨麻婆スープ
① チンゲン菜を茎と葉に分けて、食べやすい大きさに切る。
② 鍋にごま油を熱し、おろしにんにくとおろししょうがを加え、豚ひき肉を炒める。
③ チンゲン菜を加え、さらに炒める。
④ 鍋に水を加え、煮立ったら☆の材料と春雨を入れる。
⑤ ひと煮込みさせてできあがり。

れんこんはさみ焼き
① れんこんの皮をむいて5mm幅程度に切り、酢水につける。その後、水気をきる。
② オクラを塩ゆでした後、細かくきざむ。
③ ☆の材料とオクラを練り混ぜる。
④ れんこんに片栗粉をまぶす。
⑤ ③で作った具をれんこんにはさむ。
⑥ フライパンにサラダ油を熱し、中火で焼き上げてできあがり。

※コピー可

わが家ならではの工夫(材料や作り方で工夫したポイントなど)

たらこ卵丼 卵を炒め過ぎず「ふわとろ」の状態で仕上げるとゴハンがからんでおいしい!!
チンゲン春雨麻婆スープ 煮込み過ぎず、チンゲン菜のシャキシャキ感を残すのがポイント。
れんこんはさみ焼き 具の中にパン粉を混ぜることで、肉汁が外に流れず味わいジューシー♡

でき上がりの写真または絵(料理の仕上がり具合や盛り付け方などのイメージを写真または絵で)

ゆかちゃんいつもお手伝いありがとう。もっともっと料理上手になって、美味しいご飯をいっぱい作ろうね。全国大会行けるように頑張ろうね!

いつもお洗たくや料理をつくってくれてありがとう。これからもいっしょに料理をつくりたいね。おいしくつくれるようにいっぱい教えてね!

※書ききれない場合は、この用紙をコピーするか市販の便せんなどにお書きください。 ※多数応募するときなど、この応募用紙をコピーしてお使いください。

■ご応募される方についてお書きください。

フリガナ お子さまの氏名	性別 男 女	フリガナ 学校名 小学校 学年
フリガナ 保護者の氏名	性別 男 女	ご住所 〒
電話番号 ( )	E-MAILアドレス(お持ちの方)	ご利用のガス会社

当コンテストをどこでお知りになりましたか? 該当するものを○で囲ってください。
①小学校(ポスター掲示) ②小学校(先生からすすめられた) ③小学校(学校での課題として) ④友達・お知り合い
⑤ABCクッキングスタジオ ⑥その他( )

ご記入いただいた個人情報は、本事業に関してのみ使用いたします。

3 料理の作り方
手順や行程などを出来るだけ
分り易く文章や絵などで表現し
てください。

5 出来上がりのイメージ
料理の仕上がり具合や盛り付け
方などのイメージを写真か絵で
表現してください。

6 名前欄
書き忘れの無いように
ご記入ください。

※複数組が応募するときなどは、応募用紙をコピーしてお使いください。書ききれない場合は、他の用紙にお書きになっても結構です。
※応募用紙はホームページからダウンロードすることも可能です。http://www.gas.or.jp/shokuiku/

レシピのポイント

食材費2000円程度(4人分)、
品数3〜5品程度を目指してみよう!

大会スケジュール

参加者募集! 応募締切 9月12日(月) ▶ 新潟県大会 11月3日(木・祝) ◀ 代表1チームが関東中央地区大会に出場! ▶ 関東中央地区大会 11月27日(日) ▶ 全国大会 2017年1月29日(日) ◀ 全国大会は東京にて開催!

新潟県大会

新潟県大会の代表チームが、関東中央地区大会へ出場いただけます。
関東中央地区大会の上位チームが、全国大会への切符を手にします。

募集テーマ 「わが家のおいしいごはん」 ～家族で一緒に作ろう、うちの自慢メニュー～

[参加資格] 新潟県在住の親(保護者)と子(小学1～6年生)の2名1組
(ただし、子1人に対し、今年度に1回の応募とします)

[調理の条件等]
- 食材費:2,000円程度(4人分)
- 調理時間:60分(盛り付け時間を含む)
- レシピは未発表のもの
- 品数は3～5品程度

※ガスならではの調理方法を活用してください。
※実技審査では、自宅での下準備・下ごしらえはできません。
※実技審査は秋～冬に行います。関東中央地区大会は11月27日、全国大会は1月29日の開催となりますので、季節の食材を考慮の上、レシピをお考えください。

[応募方法]
所定の応募用紙を応募先までお送りください。
※応募書類は、返却いたしませんのでご了承ください。
※応募されたレシピの版権は主催者に帰属するものとし、雑誌・印刷物・ホームページなどに二次使用する場合がございます。

[応募受付期間]
2016年6月19日(日)～9月12日(月)
当日消印有効

[選考方法]
応募用紙にて、厳正なる審査の上、12チームを選出。書類選考通過チームには実技選考にご出場いただきます。
※審査結果は、書類選考通過チームにのみご連絡いたします。

[実技選考開催日]
2016年11月3日(木・祝)

[実技選考方法]
親子のチームワーク・おいしさ・わが家ならではの工夫・ガスならではの調理方法を審査のポイントといたします。

[実技選考会場]
新潟市 食育・花育センター
(住所 新潟県新潟市中央区清五郎401)

[審査委員]
東日本料理学校協会 副会長	更科　紘圀氏
全日本司厨士協会 新潟県本部会長	肥田野尚之氏
新潟医療福祉大学 健康科学部 健康栄養学科 講師	笹川トシ子氏
新潟県家庭科研究会 副会長	輪倉　篤子氏

[新潟県大会賞](下記は賞品等の例)
◎**優勝**
5万円分のギフトカードと記念盾
◎**準優勝**
3万円分のギフトカードと記念盾
◎**3位**
1万円分のギフトカードと記念盾
◎**参加賞**
5千円分の図書カード

新潟県大会主催:新潟県ガス協会／(一社)新潟県LPガス協会／(一社)日本コミュニティーガス協会関東支部新潟県部会

新潟県大会後援:総務省/文部科学省/農林水産省/関東経済産業局/全国小学校家庭科教育研究会/東日本料理学校協会/株式会社ABC Cooking Studio／新潟県/新潟県教育委員会/新潟市/公益社団法人 新潟県栄養士会/新潟キッズキッチン協会/スローフード・にいがた/新潟県料理学校協会/にいがた食育・保育専門学校えぶろん/新潟日報社/BSN新潟放送/NST/TeNYテレビ新潟/UX新潟テレビ21

※コンテストのスケジュールや内容は変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

応募・お問い合わせ先
全国親子クッキングコンテスト
〈新潟県大会事務局〉
TEL 025-245-2217
FAX 025-245-3050

関東中央地区大会
新潟県大会の代表1チームが関東中央地区大会に出場!

[開催概要]
各大会の代表チームが大集合。自慢の「わが家のおいしいごはん」を親子で調理していただきます。厳正な審査のうえ、4チームが全国大会への出場権を獲得します。

[開催日] 2016年11月27日(日)

[実技選考会場]
東京ガス新宿ショールーム
(住所　東京都新宿区西新宿3-7-13 新宿パークタワービル別館)

全国大会
地区大会を勝ち抜いた親子が、全国から大集合します!

[開催概要]
全国の地区代表12チームが東京に大集合。自慢の「わが家のおいしいごはん」を親子で調理していただきます。厳正な審査のうえ、優秀チームには各賞が贈られます。
※実技選考参加チームの交通費と食材費(2,000円)は運営事務局よりお支払いいたします。

[開催日] 2017年1月29日(日)

[選考方法] 実技審査

[実技選考会場] 東京ガス新宿ショールーム (住所 東京都新宿区西新宿3-7-13 新宿パークタワービル別館)

[全国大会審査委員長] 服部 幸應 〈はっとり　ゆきお〉

[全国大会賞]
◎**グランプリ　(ウィズガスCLUB賞)** 賞金10万円&副賞
◎**準グランプリ(住宅生産団体連合会賞)** 賞金5万円&副賞
◎**準グランプリ(キッチン・バス工業会賞)** 賞金5万円&副賞
◎**準グランプリ(日本ガス石油機器工業会賞)** 賞金5万円&副賞
◎**審査委員特別賞 賞金3万円**／◎**アイデアクッキング賞 ギフト券**(1万円分)
◎**炎の達人賞 ギフト券**(1万円分)／◎**なかよし親子賞 ギフト券**(1万円分)
※ギフト券は全国約50万店以上でご利用いただけます。

※コンテストのスケジュールや内容は変更となる場合がございますので、あらかじめご了承下さい。