第８回　具だくさんみそ汁コンテスト開催要項

１　目的

第４期松本市食育推進計画では、１日のうち２食以上は主食・主菜・副菜の３つのお皿をそろえる「１日２食は３皿食べよう」を推進しており、１杯で「副菜」や「主菜＋副菜」がそろう「おいしく食べよう具だくさんみそ汁」を手軽な方法として紹介しています。

より多くの市民の方に知ってもらうことで、個人の実践につなげ、生活習慣病の予防、地産地消や郷土食など食育の推進を目的として開催するものです。



２　主催・後援

⑴　主催

松本市

⑵　後援

松本味噌醤油工業協同組合、松本ハイランド農業協同組合、あづみ農業協同組合

⑶　協力

サザンガク

３　募集概要

⑴　期間

令和８年１１月１日（日）～１２月２４日（木）（必着）

⑵　募集資格

松本市民または松本市に在学・在勤の方

⑶　募集部門

ア「給食に出たらいいな部門」

イ「ホッとしあわせ　わが家の味部門」

※ いずれの部門もグループ応募可

⑷　募集規定

ア　２部門共通規定

（ｱ）家庭で”手軽に”作れるオリジナル料理、未発表のもの

（ｲ）野菜を３種類以上使用（海藻、きのこ、いも類を含む）

（ｳ）主菜となる食材を１つ以上使用（肉・魚・卵・大豆製品等）

（ｴ）具材はみそ、水を除き合計７０ｇ以上１５０ｇ以下（１人分）

（ｵ）信州みそを使用し、適塩であること

適塩目安：だし汁１２０ｍｌにみそ８ｇ程度（１人分）、塩分 0.7～0.9%

（ｶ）地元の食材を１つ以上使用

イ　給食に出たらいいな部門

天然だしを使用したレシピ（給食では天然だしを使用しています）

4　応募方法

応募用紙または応募用フォームに必要事項を記入または入力のうえ、以下のいずれかの方法でご提出ください。

ホームページ

⑴　持参（松本市役所健康づくり課もしくは市内保健センター）

⑵　郵送（住所は８に記載）

⑶　応募用フォーム　https://logoform.jp/form/N7tm/1229962

5　審査方法

⑴　書類審査

審査者：松本市の食育関係課（保健予防課、こども育成課、保育課、資源循環推進課、環境・地域エネルギー課、商工課、農政課、教育政策課、学校教育課、学校給食課、生涯学習課、健康づくり課）

⑵　試食審査

審査者：松本市の食育関係課（12 課）と後援団体

審査後、入賞者へは２月にご連絡いたします。

⑶　表彰式

令和９年２月１３日（土）

⑷　審査項目

適合性（規定に沿っているか等）、作りやすさ、見た目、おいしさ

PR ポイント・エピソード

6　表彰

各部門　最優秀賞 1 作品、優秀賞 1 作品

市公式ホームページや SNS、新聞等のメディアを中心に行います。

7　その他

⑴　コンテスト入賞レシピは、ホームページ、SNS、各種広報等に掲載します。

⑵　応募書類の個人情報は、本コンテスト以外の目的に使用することはありません。また、提出していただいた書類は返却いたしかねます。

⑶　応募作品に係る一切の権利は、松本市に帰属することとします。

⑷　応募された皆様には結果をメール等でお知らせいたします。

8　応募先及び問い合わせ先

〒３９０－８６２０

長野県松本市丸の内３－７

松本市保健所健康づくり課「具だくさんみそ汁コンテスト係」

TEL：０２６３－３４－３２１７