

第15回

ガスで彩る楽しい料理

親子クッキング コンテスト

埼玉県

第13回 ワイズガス
FACEDAYS
全国親子クッキング
コンテスト
炎の調理で五感を
研ぎ澄ませます

埼玉県大会

2019年

10月6日(日)

開催!

料理大好き親子大募集

会場 東彩ガス(株)料理教室
越谷市越ヶ谷1-14-1



親子で挑戦 おいしい! たのしい! クッキング!

まずは応募用紙にレシピを書いてご応募ください。
書類選考を通過されたチームは埼玉県大会に進めます。
たくさんのご応募をお待ちしております!



↓ 応募先・お問い合わせ先

松栄ガス株式会社 (中央南地区)

TEL.0493-23-7151

〒355-0013 埼玉県東松山市小松原町17-9

受付時間/9:00~17:00(平日)

松栄ガス(株)企画総務G

応募締切日:2019年 8月18日(日)消印有効

- 主催:埼玉県ガス協会
- 後援:関東経済産業局、関東農政局、埼玉県、埼玉県教育委員会、「近いがうまい埼玉産」地産地消推進会議、埼玉りそな銀行、武蔵野銀行
- 協賛:ノーリツ、リンナイ、パロマ

「ウイズガス全国親子クッキングコンテスト」は、 埼玉から広がったクッキングコンテストです。



地産地消の推進と食育への貢献を目的に、15年前、「埼玉県クッキングコンテスト」は始まりました。その取り組みは2年後に全国へ広がり、「全国親子クッキングコンテスト」となりました。募集テーマは「わが家のおいしいごはん」。

埼玉の6地区から選出された12組の親子が10月6日の埼玉県大会に集結！優勝した親子は関東中央大会への出場権を獲得できます。最後に待っているのは、来年1月に東京で開催される全国大会です！

募集テーマ

わが家の
おいしいごはん

■ご応募から埼玉県地区選考会～全国大会までの流れ



6つの地区で埼玉県地区選考会を実施

地区名	応募締切	地区名	応募締切
西部地区 (秩父ガス・入間ガス・武蔵野ガス・日高都市ガス・西武ガス)	8 / 2(金)	中央地区 (東京ガス)	7 / 26(金)
南部地区 (大東ガス・武州ガス)	8 / 5(月)	中央北地区 (堀川産業・本庄ガス・埼玉ガス・鷲宮ガス・新日本ガス)	8 / 17(土)
中央南地区 (坂戸ガス・角栄ガス・松栄ガス)	8 / 18(日)	東部地区 (東彩ガス・幸手都市ガス・伊奈都市ガス・フジオックス)	8 / 23(金)

■募集テーマ

環境に優しい天然ガスを使った「わが家のおいしいごはん」～家族と一緒に作ろう、うちの自慢メニュー～地産地消を推進し、食育に貢献する。

■参加資格

埼玉県在住の、親(保護者)と子(小学1～6年生)の2名1組(チーム)
※性別・国籍は問いません。
※子1人につき1回のみ。
※お使いの調理機器のエネルギーは問いません。
※プロ(現在、食の提供を職業とされている方)の参加はご遠慮ください。

■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)
※ガスならではの調理方法を活用してください。

※品数は5品までです。

※実技審査では、自宅での下準備・下ごしらえはできません。

■応募方法

所定の応募用紙(本ちらし)を封筒に入れ、応募先までお送りください。
※応募書類および写真・絵は、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・写真および絵は主催者に所属するものとし、新聞・雑誌・印刷物などに二次使用する場合がございます。

■選考方法

応募作品の書類選考を行い、選考通過のチームには埼玉県大会(実技選考)に出場いただけます。なお、審査結果は、選考通過された方のみご連絡いたします。また、審査結果のお問合せにはお答えできませんのでご了承ください。

実技選考ポイント

親子のチームワーク わが家ならではの工夫
おいしさ ガスならではの調理方法 エコへの配慮

書類選考通過(上位2組)

10,000円分のギフト券
+ 埼玉県大会出場権

埼玉県大会賞

優勝:50,000円分のギフト券
+ 関東中央地区大会出場権
準優勝:30,000円分のギフト券
3位:10,000円分のギフト券

埼玉県大会 審査委員長

江上料理学院副学院長 江上佳奈美先生

家庭料理専門の学校「江上料理学院」3代目。現、副学院長。「ご家庭の幸せは愛情をこめた料理から」という創設者である・祖母、江上トミ氏の考えを受け継ぎながら、より現代的な料理を発表している。食育インストラクター、食品メーカー等のアドバイザーもつとめるかわら、テレビなどでも活躍中。



昨年の埼玉県大会の様子

どのチームもいきいきと、楽しみながら料理をしている姿が印象的でした。コンテストを通じて、親子の絆が深まること間違いなし! 本年もたくさんのご応募をお待ちしております。



中央北地区代表
海老井 浩さん・夢羅さん

創作料理を作る中で、子供達に必要な栄養も摂取出来るよう考えました。

ガスの特徴を生かして、五感で楽しめる料理を親子で作りました。全国大会出場は、叶いませんでしたが3人の子供達と歩んで来た最高の8年間でした。

大地の恵み、
五感で楽しむ
創作料理



チームワーク
はっちり!



親子で挑戦!

おいしい!たのしい!クッキング!



みんな
真剣!



声をかけあいながら!

応募用紙

フリガナ	フリガナ
お子様のお名前	保護者様のお名前
お子様の学校名・学年	連絡の取りやすい時間帯
ご住所 〒	電話(自宅等)
	携帯電話
E-mailアドレス (お持ちの方)	@
お使いの調理機器のエネルギー 1. 都市ガス 2. プロパンガス 3. 電気 4. その他()	
ご質問:この企画を知ったきっかけは何ですか?(該当項目に○をお付けください) 1. 小学校(ポスターや先生からなど) 2. 小学校(学校での課題) 3. 友達・知り合い 4. 埼玉県ガス協会ホームページ 5. ガス会社からの情報 6. その他()	
お料理のタイトルをお書きください。	調理時間 約 分
材料・分量・作り方を簡単にお書きください。	

以下の項目に同意をお願いいたします。(□にチェックを必ずお付けください) 同意する 同意しない

- 応募者のお名前、大会当日に撮影した写真は、大会報告や次年度の告知用として印刷物およびホームページなどに掲載される場合があります。
- また、応募されたレシピ・写真および絵は主催者に所属するものとし、新聞・雑誌・印刷物などに二次使用する場合がございます。
- ご記入いただいた個人情報は、本事業及び各都市ガス会社においての情報提供、商品やイベント等のご案内に関するのみ使用いたします。
- 応募書類および写真・絵は、返却いたしませんのでご了承ください。

※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、予めご了承ください。

コピー可

応募用紙

応募用紙記入例

この応募用紙に必要事項をご記入のうえ、応募締切日までに下記 **応募先** までお送りください。

応募先 〒355-0013 埼玉県東松山市小松原町17-9
松栄ガス(株)企画総務G

応募締切日: 2019年 8月18日(日) 消印有効

1 お名前など

書き忘れの無いようにご記入ください。

2 料理タイトル

自由なイメージで名前をつけてください。

3 材料・分量・作り方

材料・分量・作り方の手順や工程などを簡単にお書きください。


※品数は5品までです。

応募用紙	
フリガナ お子様の お名前	フリガナ 保護者の お名前
お子様の 住所 〒 市区町村 丁目番地	お住まいの 電話番号 (自宅) フリガナ 電話番号
E-mailアドレス 【必須】	
お住まいの調理機器のモデル名 1. 炊飯器 2. プロパンガス 3. 電気 4. その他	
ご質問: この応募を助けたきっかけは何ですか? (複数項目にご記入ください) 1. 小学校のスターや先生からなど 2. 小学校の学校の説明 3. 某店・某料理 4. 埼玉県ガス協会ホームページ 5. その他	
お料理のタイトルをお書きください。 調理時間 約 30 分	
材料・分量・作り方を簡単にお書きください。	
【材料】	【調味料】
豚肉 200g 大根 200g 人参 1本 トマト 半分 えんどう 1袋	豚しょうが焼き しょうが 大5 醤油 半カップ おろし 大3 しょうが 10g ニンニク 10g 青ネギ 3分の1 片栗粉・水 小1 塩 1袋
【作り方】	
① 豚肉・大根をゆで、お湯を捨て、水でさらす。豚肉は湯切り後、湯を拭き、油を塗る。 ② 大根・ニンニクを電子レンジで加熱し、しょうがをのせておく。 ③ そのお湯へ、人参・トマト・えんどうを加え、湯を沸かす。油をのせておく。 ④ お肉を鍋にあげ、お湯はペーパーで拭き、両面焼く。醤油・おろし・片栗粉・水を加える。 ⑤ お湯に片栗粉・水を混ぜ、さらさらの状態になるまで混ぜる。 ⑥ 煮汁は、しょうが・おろし・片栗粉・水を混ぜ、さらさらの状態にする。	

4 出来上がりのイメージと料理のPRポイント

料理の仕上がりが具合や盛り付けなどのイメージを写真か絵で表現してください。工夫したポイントなどをどんでんアピールしてください。この料理をだれに食べてもらいたいかもお書きください。

料理の写真やイラストをここに貼ってください(できるだけ写真を貼ってください。お願いたします)
① お料理のPR ② わが家ならではの工夫 ③ 誰に食べてもらいたいかをお書きください。



①料理のPR
豚肉の揚げを控えて、スゴとしました。
野菜全部、進めませんか?

②わが家ならではの工夫
メカボリのお父さんの健康を考えた、五穀米に、お肉を合わせたので、身体はヘルシーです。

③誰に食べてもらいたいか
おじいちゃん?
遠くに海外に住んでいて、お父さん、お母さんに、作ってあげたいです。

▶ 応募締切日は地区により異なるのでご注意ください。

▶ 応募用紙は「埼玉県ガス協会」のホームページからもダウンロードできます。

▶ 「埼玉県ガス協会 親子クッキングコンテスト」で検索。

<http://www.saitamagasako.jp/event/cooking>

作成のポイント

Point 1 おうちで人気のメニューを思いうかべてみよう!

Point 2 メニューをバランスよく組み合わせよう!

Point 3 地元の食材をとり入れてみよう!

料理の写真やイラストをここに貼ってください。(できるだけ写真を貼ってくださいますようお願いいたします)

①お料理のPR・②わが家ならではの工夫・③誰に食べてもらいたいかをお書きください。