

印刷物仕様書

印刷物名	「子どもが作る地場産物を活用した健康レシピ」チラシ	数量	(枚 組) 140,000	<input type="checkbox"/> 部 <input checked="" type="checkbox"/> 枚 <input type="checkbox"/> 組 <input type="checkbox"/> 冊 <input type="checkbox"/> セット
印刷区分	<input checked="" type="checkbox"/> オフセット <input type="checkbox"/> フォーム <input type="checkbox"/> ダイレクト <input type="checkbox"/> 賞状 <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> その他 ()			
用紙規格 ・ 印刷面 ・ 印刷色	<input checked="" type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B 4判 (口仕上がり)		<input type="checkbox"/> インチ× インチ	<input type="checkbox"/> mm × mm
	【表紙】 kg (紙の厚さ) <input type="checkbox"/> 上質紙 <input type="checkbox"/> コート紙 <input type="checkbox"/> アート紙 <input type="checkbox"/> レザック <input type="checkbox"/> 色上質紙 (厚口・特厚口) <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 片面刷/ <input type="checkbox"/> 両面刷 (色)			
	【本文】 2頁 50.5kg (紙の厚さ) <input type="checkbox"/> 上質紙 <input checked="" type="checkbox"/> コート紙 <input type="checkbox"/> アート紙 <input type="checkbox"/> OCR用紙 <input type="checkbox"/> ノーカーボン紙 (青・黒) (N) <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 減感 (枚目) <input type="checkbox"/> 裏カーボン (枚目) <input type="checkbox"/> 片面刷 (<input type="checkbox"/> モノクロ (頁) <input type="checkbox"/> 2色 (頁) <input type="checkbox"/> 3色 (頁) <input type="checkbox"/> 4色 (頁)) <input checked="" type="checkbox"/> 両面刷 (<input type="checkbox"/> モノクロ (頁) <input type="checkbox"/> 2色 (頁) <input type="checkbox"/> 3色 (頁) <input checked="" type="checkbox"/> 4色 (2頁))			
	【仕切紙】 枚 <input type="checkbox"/> 上質紙 <input type="checkbox"/> 色上質紙 (薄口・中厚口) <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 片面刷/ <input type="checkbox"/> 両面刷 (色)			
製本	<input type="checkbox"/> 無線 (あじろ) とじ <input type="checkbox"/> 針金とじ (<input type="checkbox"/> 中とじ <input type="checkbox"/> 平とじ) (カ所) <input type="checkbox"/> 上製本 <input type="checkbox"/> 見返し <input type="checkbox"/> 背文字 <input checked="" type="checkbox"/> バラ (500枚帯掛) <input type="checkbox"/> 穴 (カ所) <input type="checkbox"/> ミシン (本) <input type="checkbox"/> セット仕上 () <input type="checkbox"/> 天のり (組・枚 1冊) <input type="checkbox"/> 折り (<input type="checkbox"/> 二つ折 <input type="checkbox"/> 三つ折 <input type="checkbox"/> 巻三つ折 <input type="checkbox"/> 巻四つ折 <input type="checkbox"/> 経本折 <input type="checkbox"/> 観音折) <input checked="" type="checkbox"/> その他 (100枚毎に仕切り入り)			
グリーン購入	<input checked="" type="checkbox"/> 適合 <input type="checkbox"/> 不適合 <input type="checkbox"/> 対象外			
	【判断基準】 (1)総合評価値80以上の印刷用紙を使用すること。(冊子形状のものについては表紙を除く。) (2)印刷物の用途・目的に支障のない範囲で、可能な限りAランクの資材を使用すること。 (3)報告書、ポスター、チラシ、パンフレット等の印刷物には、リサイクル適性を表示すること。 (4)オフセット印刷については、インキの種類ごとに規定された率以上植物由来の油を含有し、かつ芳香族成分が1%未満の溶剤のみを用いたインキが使用されていること。			
写真	<input checked="" type="checkbox"/> カラー 6点 <input type="checkbox"/> モノクロ 点 【内訳】 <input checked="" type="checkbox"/> 支給 [著作権: <input checked="" type="checkbox"/> 無 (6点) <input type="checkbox"/> 有 (点)] <input type="checkbox"/> 撮影又はレンタル 点			
イラスト	<input checked="" type="checkbox"/> カラー 2点 <input type="checkbox"/> モノクロ 点 【内訳】 <input checked="" type="checkbox"/> 支給 [著作権: <input checked="" type="checkbox"/> 無 (2点) <input type="checkbox"/> 有 (点)] <input type="checkbox"/> 書起し又はレンタル 点			
支給原稿	【表紙】 <input type="checkbox"/> 普通紙 <input type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト:) 【本文】 <input type="checkbox"/> 普通紙 <input checked="" type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト: ワード) 【イラスト】 <input type="checkbox"/> 普通紙 <input checked="" type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト: PDF) 【写真】 <input type="checkbox"/> ネガ <input type="checkbox"/> プリント <input checked="" type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト: PDF)			
原稿引渡	<input type="checkbox"/> 受注業者決定時 <input checked="" type="checkbox"/> 令和7年12月 (予定)			
校正責任者	所属名 教育庁健康教育課 担当者 田原 内線 (5132) 外線 (024-521-8409)		校正回数	3回
納入期限	令和8年2月16日 (月)	データ納品	<input checked="" type="checkbox"/> 要 (形式: PDF) <input type="checkbox"/> 不要	
納入場所	福島県教育庁健康教育課 【その他納品先】 <input checked="" type="checkbox"/> 有 (66カ所) <input type="checkbox"/> 無			
特記事項	別紙配送先リストを参考に、仕分け・配送を含めた金額で見積もりをお願いいたします。 【納入場所内訳】 市町村教育委員会 59カ所 福島大学附属小・中学校 2カ所 福島県食育応援企業団 5カ所 健康教育課 計67カ所			

- (注) 1 必要な仕様は、別紙に具体的に書き入れること。
2 受注業者は、作業前に校正責任者と打合せを行うこと。
3 リサイクル適性の表示が必要な印刷物 (上記グリーン購入【判断基準】(3)を参照) については、受注業者は速やかに資材確認票を出納局入札用度課に提出すること。

R7子どもが作る地場産物活用健康レシピ 印刷枚数

		枚数	備考	送付箇所数
学校	市町村立小・中学校児童生徒数	124,122	小82,001枚 中42,121枚	市町村教育事務所 59か所
	市町村教育委員会	590	10枚×59市町村	
	附属小学校児童数	616		1か所
	附属中学校生徒数	424		1か所
	県立安積中	65		健康教育課
	会津学鳳中学校	245		〃
	ふたば未来学園中学校	183		〃
	ふくしま支援	99		〃
	各教育事務所	70	10枚×7事務所	〃
	計	126,414		—
福島県 食育応援 企業団	いちい	2,000		1か所
	ヨークベニマル	4,000		〃
	コープふくしま	2,000		〃
	マルト	2,000		〃
	リオンドール	3,000		〃
	計	13,000		—
その他	最優秀者 5枚×3名=15枚 礼状と一緒に審査員に送付 6枚 社教の研修会配付 約20枚 学校給食週間時の掲示 約30枚 食育担当者会時に配付 約150枚 健康教育課員に配付 21枚	586	確実に使用する枚数 約300枚	健康教育課
合計		140,000		67か所

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
福島市	960-8601	福島市五老内町3-1	024-535-1111	教育委員会施設管理課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	福島一小	90	5	95
2	福島二小	206	5	211
3	福島三小	328	5	333
4	福島四小	66	5	71
5	清明小	153	5	158
6	三河台小	375	5	380
7	森合小	606	5	611
8	渡利小	408	5	413
9	南向台小	121	5	126
10	杉妻小	573	5	578
11	蓬萊小	181	5	186
12	蓬萊東小	153	5	158
13	清水小	516	5	521
14	北沢又小	421	5	426
15	御山小	385	5	390
16	岡山小	433	5	438
17	鎌田小	526	5	531
18	月輪小	106	5	111
19	瀬上小	566	5	571
20	余目小	121	5	126
21	矢野目小	324	5	329
22	大笹生小	57	5	62
23	笹谷小	499	5	504
24	吉井田小	540	5	545
25	荒井小	133	5	138
26	立子山小	10	5	15
27	佐倉小	78	5	83
28	佐原小	14	5	19
29	飯坂小	215	5	220
30	平野小	503	5	508
31	湯野小	124	5	129
32	松陵（前期）	549	5	554
33	鳥川小	376	5	381
小計		9756	165	9921

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
34	大森小	653	5	658
35	平田小	50	5	55
36	平石小	25	5	30
37	野田小	677	5	682
38	庭坂小	267	5	272
39	庭塚小	72	5	77
40	水保小	51	5	56
41	飯野小	159	5	164
42	福島一中	477	5	482
43	福島二中	156	5	161
44	福島三中	425	5	430
45	福島四中	380	5	385
46	福島四中天神スクール	29	5	34
47	岳陽中	368	5	373
48	渡利中	224	5	229
49	蓬萊中	195	5	200
50	清水中	403	5	408
51	信陵中	540	5	545
52	北信中	683	5	688
53	西信中	135	5	140
54	大鳥中	114	5	119
55	平野中	220	5	225
56	西根中	78	5	83
57	松陵（後期）	258	5	263
58	信夫中	535	5	540
59	野田中	338	5	343
60	吾妻中	214	5	219
61	飯野中	97	5	102
62	福島市教委		10	10
小計		7,823	150	7973
合計		17,579	315	17,894

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
川俣町	960-1492	伊達郡川俣町字五百田30	024-566-2111	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	川俣小	302	5	307
2	山木屋小	2	5	7
小計		304	10	314

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	川俣中	182	5	187
4	山木屋中	5	5	10
5	川俣町教委		10	10
小計		187	20	207
合計		491	30	521

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
伊達市	960-0692	伊達市保原町字舟橋180	024-573-5824	こども教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	伊達小	563	5	568
2	伊達東小	104	5	109
3	梁川小	401	5	406
4	堰本小	57	5	62
5	栗野小	56	5	61
6	大田小	103	5	108
7	保原小	585	5	590
8	上保原小	271	5	276
9	柱沢小	33	5	38
10	掛田小	131	5	136
小計		2,304	50	2,354

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
11	小国小	24	5	29
12	月館学園小	50	5	55
13	伊達中	276	5	281
14	梁川中	300	5	305
15	松陽中	158	5	163
16	桃陵中	334	5	339
17	靈山中	88	5	93
18	月館学園中	44	5	49
19	伊達市教委		10	10
小計		1,274	50	1,324
合計		3,578	100	3,678

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
桑折町	969-1692	伊達郡桑折町字大字谷地字道下22-7	024-582-2403	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	醸芳小	276	5	281
2	睦合小	32	5	37
3	半田醸芳小	86	5	91
小計		394	15	409

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
4	伊達崎小	84	5	89
5	醸芳中	241	5	246
6	桑折町教委		10	10
合計		719	35	754

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
国見町	969-1761	伊達郡国見町大字藤田字観月台15	024-585-2892	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	国見小	262	5	267
2	県北中	139	5	144

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	国見町教委		10	10
合計		401	20	421

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
二本松市	964-8601	二本松市金色403-1	0243-55-5151	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	二本松南小	258	5	263
2	二本松北小	315	5	320
3	塩沢小	70	5	75
4	岳下小	159	5	164
5	安達太良小	38	5	43
6	原瀬小	44	5	49
7	杉田小	189	5	194
8	石井小	95	5	100
9	大平小	66	5	71
10	油井小	530	5	535
11	渋川小	99	5	104
12	川崎小	78	5	83
小計		1,941	60	2,001

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
13	小浜小	90	5	95
14	新殿小	28	5	33
15	旭小	10	5	15
16	東和小	175	5	180
17	二本松一中	316	5	321
18	二本松二中	100	5	105
19	二本松三中	232	5	237
20	安達中	281	5	286
21	小浜中	71	5	76
22	岩代中	33	5	38
23	東和中	99	5	104
24	二本松市教委		10	10
小計		1,435	65	1,500
合計		3,376	125	3,501

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
大玉村	969-1302	安達郡大玉村玉井字西庵183	0243-48-3138	教育総務課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	大山小	281	5	286
2	玉井小	301	5	306

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	大玉中	263	5	268
4	大玉村教委		10	10
合計		845	25	870

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
本宮市	969-1192	本宮市本宮字万世212	0243-33-1111	教育部 幼保学校課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	本宮小	430	5	435
2	本宮まゆみ小	317	5	322
3	五百川小	280	5	285
4	岩根小	276	5	281
5	糠沢小	96	5	101
6	和田小	67	5	72
7	白岩小	119	5	124
小計		1,585	35	1,620

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
8	本宮一中	333	5	338
9	本宮二中	310	5	315
10	白沢中	154	5	159
11	本宮市教委		10	10
小計		797	25	822
合計		2,382	60	2,442

県北合計	30,081
------	--------

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
郡山市	963-8601	郡山市朝日一丁目23-7	024-924-2421	学校管理課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	日和田小	473	5	478
2	高倉小	27	5	32
3	行健小	653	5	658
4	行健二小	563	5	568
5	明健小	383	5	388
6	小泉小	45	5	50
7	行徳小	348	5	353
8	安積一小	534	5	539
9	安積二小	268	5	273
10	安積三小	404	5	409
11	永盛小	312	5	317
12	柴宮小	523	5	528
13	穂積小	54	5	59
14	三和小	45	5	50
15	多田野小	104	5	109
16	堀口分校	5	5	10
17	河内小	22	5	27
18	片平小	109	5	114
19	喜久田小	248	5	253
20	熱海小	74	5	79
21	石筵分校	0	0	0
22	安子島小	45	5	50
23	湖南小中（前期）	68	5	73
24	守山小	312	5	317
25	御代田小	79	5	84
26	高瀬小	221	5	226
27	谷田川小	49	5	54
28	金透小	213	5	218
29	芳山小	299	5	304
30	橘小	382	5	387
31	小原田小	448	5	453
32	開成小	617	5	622
33	芳賀小	537	5	542
34	桃見台小	257	5	262
35	赤木小	257	5	262
36	薫小	489	5	494
37	富田小	536	5	541
38	富田東小	895	5	900
39	富田西小	410	5	415
40	大槻小	538	5	543
41	白岩小	42	5	47
小計		11,888	200	12,088

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
42	東芳小	99	5	104
43	桜小	523	5	528
44	桑野小	307	5	312
45	大島小	562	5	567
46	緑ヶ丘一小	330	5	335
47	小山田小	478	5	483
48	大成小	676	5	681
49	朝日が丘小	531	5	536
50	西田学園(前期)	214	5	219
51	宮城小	25	5	30
52	海老根小	10	5	15
53	御館小	38	5	43
54	日和田中	206	5	211
55	行健中	473	5	478
56	明健中	463	5	468
57	安積中	352	5	357
58	安積二中	367	5	372
59	三穂田中	54	5	59
60	逢瀬中	72	5	77
61	片平中	53	5	58
62	喜久田中	94	5	99
63	熱海中	82	5	87
64	湖南小中(後期)	38	5	43
65	守山中	260	5	265
66	高瀬中	107	5	112
67	郡山一中	740	5	745
68	郡山二中	356	5	361
69	郡山三中	475	5	480
70	郡山四中	328	5	333
71	郡山五中	482	5	487
72	郡山六中	569	5	574
73	郡山七中	593	5	598
74	緑ヶ丘中	244	5	249
75	富田中	697	5	702
76	大槻中	373	5	378
77	小原田中	264	5	269
78	西田学園(後期)	86	5	91
79	宮城中	17	5	22
80	御館中	29	5	34
81	郡山市教委		10	10
小計		11,667	205	11,872
合計		23,555	405	23,960

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
須賀川市	962-8601	須賀川市八幡町135	0248-88-9166	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	須賀川一小	516	5	521
2	須賀川二小	365	5	370
3	須賀川三小	444	5	449
4	西袋一小	543	5	548
5	西袋二小	37	5	42
6	稲田学園（前期）	156	5	161
7	小塩江小	19	5	24
8	阿武隈小	390	5	395
9	仁井田小	273	5	278
10	柏城小	465	5	470
11	大東小	154	5	159
12	上山田分校（休校）	0	0	0
13	大森小	32	5	37
14	長沼小	74	5	79
小計		3,468	65	3,533

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
15	長沼東小	77	5	82
16	白方小	71	5	76
17	白江小	110	5	115
18	須賀川一中	255	5	260
19	須賀川二中	602	5	607
20	須賀川三中	240	5	245
21	西袋中	283	5	288
22	稲田学園（後期）	94	5	99
23	小塩江中	20	5	25
24	仁井田中	132	5	137
25	大東中	98	5	103
26	長沼中	87	5	92
27	岩瀬中	101	5	106
28	須賀川市教委		10	10
小計		2,170	75	2,245
合計		5,638	140	5,778

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
鏡石町	969-0404	岩瀬郡鏡石町旭町159	0248-62-3459	教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	鏡石一小	514	5	519
2	鏡石二小	199	5	204
小計		713	10	723

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	鏡石中	344	5	349
4	鏡石町教委		10	10
小計		344	15	359
合計		1,057	25	1,082

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
天栄村	962-0503	岩瀬郡天栄村大字下松本字原畑66	0248-82-2118	教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	広戸小	87	5	92
2	大里小	45	5	50
3	牧本小	53	5	58
小計		185	15	200

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
4	湯本小	2	5	7
5	天栄中	114	5	119
6	天栄村教委		10	10
小計		116	20	136
合計		301	35	336

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
石川町	963-7893	石川郡石川町字長久保185-4	0247-26-9135	教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	石川小	477	5	482
2	石川中	308	5	313
3	石川町教委		10	10
合計		785	20	805

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
玉川村	963-6392	石川郡玉川村大字小高字中囃9	0247-57-4633	教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	玉川一小	203	5	208
2	須釜小	85	5	90
小計		288	10	298

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	玉川中	144	5	149
4	玉川村教委		10	10
小計		144	15	159
合計		432	25	457

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
平田村	963-8292	石川郡平田村大字永田字切田116	0247-55-2969	教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	蓬田小	127	5	132
2	小平小	82	5	87
小計		209	10	219

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	ひらた清風中	143	5	148
4	平田村教委		10	10
小計		143	15	158
合計		352	25	377

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
浅川町	963-6204	石川郡浅川町大字浅川字背戸谷地143-5	0247-36-2297	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	浅川小	234	5	239
2	浅川中	157	5	162
小計		391	10	401

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	浅川町教委		10	10
合計				411

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
古殿町	963-8304	石川郡古殿町大字松川字新桑原31	0247-53-3655	学校教育係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	古殿小	138	5	143
2	古殿中	118	5	123
小計		256	10	266

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	古殿町教委		10	10
合計				276

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地			電話番号	担当部署			
三春町		963-7796	田村郡三春町字大町1-2			0247-62-6310	教育課			
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数		No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	三春小	307	5	312		6	沢石小	33	5	38
2	岩江小	266	5	271		7	三春中	288	5	293
3	御木沢小	83	5	88		8	岩江中	117	5	122
4	中妻小	49	5	54		9	三春町教委		10	10
5	中郷小	28	5	33		小計		438	25	463
小計		733	25	758		合計		1,171	50	1,221

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
小野町	963-3401	田村郡小野町大字小野新町字中通2		0247-72-6780	教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	小野小	344	5	349
2	小野中	213	5	218

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	小野町教委		10	10
合計		557	20	577

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地			電話番号	担当部署		
田村市	963-4393	田村市船引町船引字畑添76-2			0247-81-1214	学校教育課		

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	滝根小	144	5	149
2	大越小	134	5	139
3	都路小	32	5	37
4	常葉小	205	5	210
5	船引南小	112	5	117
6	船引小	603	5	608
7	美山小	118	5	123
小計		1,348	35	1,383

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
8	滝根中	70	5	75
9	大越中	87	5	92
10	都路中	23	5	28
11	常葉中	119	5	124
12	船引南中	59	5	64
13	船引中	402	5	407
14	田村市教委		10	10
小計		760	40	800
合計		2,108	75	2,183

県中合計	37,463
------	--------

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
白河市	961-8602	白河市字八幡小路7-1	0248-22-1111	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	白河一小	282	5	287
2	白河二小	506	5	511
3	白河三小	472	5	477
4	白河四小	184	5	189
5	白河五小	188	5	193
6	小田川小	49	5	54
7	五箇小	53	5	58
8	関辺小	89	5	94
9	みさか小	307	5	312
10	表郷小	267	5	272
11	小野田小	53	5	58
12	釜子小	145	5	150
13	大信小	133	5	138
小計		2,728	65	2,793

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
14	白河中央中	432	5	437
15	白河二中	452	5	457
16	東北中	115	5	120
17	白河南中	150	5	155
18	表郷中	144	5	149
19	東中	105	5	110
20	大信中	88	5	93
21	白河市教委		10	10
小計		1,486	45	1,531
合計		4,214	110	4,324

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
西郷村	961-8091	西白河郡西郷村大字熊倉字折口原76-1	0248-25-2370	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	熊倉小	410	5	415
2	小田倉小	397	5	402
3	米小	210	5	215
4	羽太小	47	5	52
5	川谷小	25	5	30
小計		1,089	25	1,114

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
6	西郷一中	333	5	338
7	西郷二中	213	5	218
8	川谷中	27	5	32
9	西郷村教委		10	10
小計		573	25	598
合計		1,662	50	1,712

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
中島村	961-0192	西白河郡中島村大字滑津字中島西11-1	0248-52-3483	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	滑津小	141	5	146
2	吉子川小	105	5	110
3	中島中	139	5	144
4	中島村教委		10	10
合計		385	25	410

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
矢祭町		963-5118	東白川郡矢祭町大字東館字石田25		0247-46-4580	学校教育グループ
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数		
1	矢祭小	250	5	255		
2	矢祭中	128	5	133		
3	矢祭町教委		10	10		
合計		378	20	398		

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
矢吹町		969-0296	西白河郡矢吹町一本木101		0248-44-4400	教育振興課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	中畑小	143	5	148
2	三神小	96	5	101
3	矢吹小	178	5	183
4	善郷小	417	5	422
小計		834	20	854

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
5	矢吹中	427	5	432
6	矢吹町教委		10	10
小計		427	15	442
合計		1261	35	1,296

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
泉崎村		969-0101	西白河郡泉崎村大字泉崎字八丸145		0248-54-1533	教育課学校教育係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	泉崎一小	174	5	179
2	泉崎二小	131	5	136
小計		305	10	315

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	泉崎中	172	5	177
4	泉崎村教委		10	10
小計		172	15	187
合計		477	25	502

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
棚倉町		963-6192	東白川郡棚倉町大字棚倉字中居野33		0247-33-7881	子ども教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	棚倉小	366	5	371
2	社川小	113	5	118
3	高野小	6	5	11
4	近津小	93	5	98
5	棚倉中	347	5	352
7	棚倉町教委		10	10
合計		925	35	960

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
塙町	963-5492	東白川郡塙町大字塙字大町3-21	0247-43-4050	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	塙小	289	5	294
2	笹原小	33	5	38
小計		322	10	332

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	塙中	170	5	175
4	塙町教委		10	10
小計		170	15	185
合計		492	25	517

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
鮫川村	963-8401	東白川郡鮫川村大字赤坂中野字巡ヶ作128	0247-49-3151	教育課 教育総務係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	鮫川小	98	5	103
2	鮫川中	60	5	65
3	鮫川村教委		10	10
合計		158	20	178

県南合計	10,297
------	--------

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
会津若松市	965-8601	会津若松市東栄町3-46	0242-39-1302	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	鶴城小	248	5	253
2	城北小	410	5	415
3	行仁小	270	5	275
4	城西小	507	5	512
5	謹教小	269	5	274
6	日新小	308	5	313
7	湊学園（前期）	57	5	62
8	一箕小	611	5	616
9	松長小	168	5	173
10	永和小	76	5	81
11	神指小	62	5	67
12	門田小	365	5	370
13	城南小	309	5	314
14	大戸小	39	5	44
15	東山小	199	5	204
16	小金井小	512	5	517
小計		4,410	80	4,490

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
17	荒館小	219	5	224
18	川南小	77	5	82
19	河東学園（前期）	335	5	340
20	若松一中	414	5	419
21	若松二中	263	5	268
22	若松三中	283	5	288
23	若松四中	539	5	544
24	若松五中	347	5	352
25	若松六中	75	5	80
26	湊学園（後期）	31	5	36
27	一箕中	281	5	286
28	大戸中	27	5	32
29	北会津中	177	5	182
30	河東学園（後期）	185	5	190
31	会津若松市教委		10	10
小計		3,253	80	3,333
合計		7,663	160	7,823

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
磐梯町	969-3301	耶麻郡磐梯町大字磐梯字仁渡1018	0242-73-2017	教育課教育総務係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	磐梯一小	124	5	129
2	磐梯二小	41	5	46

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	磐梯中	86	5	91
4	磐梯町教委		10	10
合計		251	25	276

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
猪苗代町	969-3123	耶麻郡猪苗代町字城南100	0242-62-5677	教育総務課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	猪苗代小	322	5	327
2	猪苗代二小	211	5	216
3	猪苗代中	264	5	269
4	猪苗代町教委		10	10
合計		797	25	822

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地			電話番号	担当部署		
喜多方市		966-8601	喜多方市字御清水7244-2			0241-24-5314	学校教育課		
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数	No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
240	喜多方一小	434	5	439	253	駒形小	58	5	63
241	喜多方二小	305	5	310	254	山都小	72	5	77
242	松山小	144	5	149	255	高郷小	51	5	56
243	上三宮小	21	5	26	17	喜多方一中	237	5	242
244	喜多方三小	55	5	60	18	喜多方二中	273	5	278
245	関柴小	95	5	100	19	喜多方三中	148	5	153
246	熊倉小	61	5	66	20	会北中	23	5	28
247	豊川小	84	5	89	21	塩川中	278	5	283
248	慶徳小	50	5	55	22	山都中	32	5	37
249	熱塩加納小	56	5	61	23	高郷中	24	5	29
250	堂島小	52	5	57	24	喜多方市教委		10	10
251	塩川小	397	5	402	小計		1,196	60	1,256
252	姥堂小	44	5	49	合計		2,994	125	3,119
小計		1,798	65	1,863					

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地			電話番号	担当部署		
北塩原村		966-0402	耶麻郡北塩原村大字大塩字下六郎屋敷2134			0241-23-5237	教育課 教育班		
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数	No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	さくら小	54	5	59	3	北塩原一中	28	5	33
2	裏磐梯小	19	5	24	4	裏磐梯中	10	5	15
小計		73	10	83	5	北塩原村教委		10	10
					小計		38	20	58
					合計		111	30	141

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地			電話番号	担当部署		
西会津町		969-4406	耶麻郡西会津町野沢字原町乙2234-1			0241-45-2216	学校教育課 学校支援係		
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数					
1	西会津小	180	5	185					
2	西会津中	92	5	97					
3	西会津町教委		10	10					
合計		272	20	292					

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署			
会津坂下町		969-6547	河沼郡会津坂下町字市中三番甲3667-1		0242-84-3711	教育課教育総務班			
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数	No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	坂下南小	332	5	337	3	坂下中	332	5	337
2	坂下東小	252	5	257	4	会津坂下町教委		10	10
					合計				941

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署			
湯川村		969-3593	河沼郡湯川村大字清水田字長瀬18		0241-27-2250	学校教育係			
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数	No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	笈川小	80	5	85	3	湯川中	67	5	72
2	勝常小	81	5	86	4	湯川村教委		10	10
					合計				253

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署			
柳津町		969-7201	河沼郡柳津町大字柳津字下平乙234		0241-42-2115	教育課学校教育班			
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数	No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	柳津小	107	5	112	3	会津柳津学園中	71	5	76
2	西山小	7	5	12	4	柳津町教委		10	10
					合計				210

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署			
会津美里町		969-6292	大沼郡会津美里町字新布才地1		0242-55-0344	こども教育係			
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数	No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	高田小	245	5	250	5	高田中	218	5	223
2	宮川小	162	5	167	6	本郷学園（後期）	109	5	114
3	本郷学園（前期）	215	5	220	7	新鶴中	70	5	75
4	新鶴小	134	5	139	8	会津美里町教委		10	10
					合計				1,198

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地			電話番号		担当部署		
三島町		969-7511	大沼郡三島町大字宮下字宮下350			0241-48-5599		生涯学習課		
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数		No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	三島小	40	5	45		3	三島町教委		10	10
2	三島中	10	5	15		合計				70

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
金山町	968-0011	大沼郡金山町大字川口字谷地393		0241-54-5333	教育係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	かねやま小	34	5	39
2	金山中	13	5	18
3	金山町教委		10	10
合計		47	20	67

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地			電話番号	担当部署
昭和村	968-0103	大沼郡昭和村大字下中津川字住吉415			0241-57-2164	教育係
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数		
271	昭和小	25	5	30		
143	昭和中	11	5	16		
3	昭和村教委		10	10		
合計		36	20	56		

会津合計	15,268
------	--------

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
南会津町	967-0004	南会津郡南会津町大字田島字後原甲3531-1	0241-62-6300	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	田島小	181	5	186
2	田島二小	63	5	68
3	桧沢小	33	5	38
4	荒海中	55	5	60
5	舘岩小	26	5	31
6	伊南小	24	5	29
7	南郷小	50	5	55
小計		432	35	467

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
8	田島中	173	5	178
9	荒海中	29	5	34
10	舘岩中	15	5	20
11	南会津中	57	5	62
12	南会津町教委		10	10
小計		274	30	304
合計		706	65	771

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
下郷町	969-5345	南会津郡下郷町大字塩生字大石1000	0241-69-1166	学校教育係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	旭田小	69	5	74
2	江川小	34	5	39
3	檜原小	46	5	51

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
4	下郷中	93	5	98
5	下郷町教委		10	10
合計				272

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
檜枝岐村	967-0525	南会津郡檜枝岐村字下ノ原887-2	0241-75-2342	檜枝岐村教育委員会

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	檜枝岐小	27	5	32
2	檜枝岐中	19	5	24

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	檜枝岐村教委		10	10
合計				66

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
只見町	968-0421	南会津郡只見町大字只見字町下2591-30	0241-82-5320	学校教育係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
283	只見小	39	5	44
284	朝日小	46	5	51
285	明和小	42	5	47

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
150	只見中	57	5	62
5	只見町教委		10	10
合計				214

南会津合計	1,323
-------	-------

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
新地町	979-2792	相馬郡新地町谷地小屋字樋掛田30	0244-62-4477	教育総務課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	福田小	55	5	60
2	新地小	211	5	216
3	駒ヶ嶺小	127	5	132

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
4	尚英中	195	5	200
5	新地町教委		10	10
合計				618

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
相馬市	976-8601	相馬市中村字北町63番地の3	0244-37-2185	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	大野小	140	5	145
2	山上小	22	5	27
3	八幡小	91	5	96
4	中村一小	340	5	345
5	中村二小	333	5	338
6	桜丘小	444	5	449
7	飯豊小	192	5	197
		1,562	35	1,597

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
8	磯部小	14	5	19
9	日立木小	80	5	85
10	中村一中	385	5	390
11	中村二中	186	5	191
12	向陽中	324	5	329
13	磯部中	4	5	9
14	相馬市教委		10	10
小計		993	40	1,033
合計		2,555	75	2,630

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
南相馬市	975-8686	南相馬市原町区本町二丁目27	0244-24-5283	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	原町一小	332	5	337
2	原町二小	201	5	206
3	原町三小	414	5	419
4	高平小	107	5	112
5	大甕小	110	5	115
6	太田小	36	5	41
7	石神一小	72	5	77
8	石神二小	355	5	360
9	鹿島小	337	5	342
10	上真野小	62	5	67
11	小高小	98	5	103
小計		2,124	55	2,179

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
11	原町一中	313	5	318
12	原町二中	167	5	172
13	原町三中	62	5	67
14	石神中	162	5	167
15	鹿島中	224	5	229
16	小高中	29	5	34
17	南相馬市教委		10	10
				0
				0
小計		957	40	997
合計		3,081	95	3,176

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
飯舘村	960-1892	相馬郡飯舘村伊丹沢字伊丹沢580-1	0244-42-1631	教育課 学校教育係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	いいたて学園（前期）	44	5	49
2	いいたて学園（後期）	31	5	36

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	飯舘村教委		10	10
合計				95

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
浪江町	979-1592	双葉郡浪江町大字幾世橋字六反田 7 - 2	0240-34-2111	教育委員会事務局

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	なみえ創成小	60	5	65
2	なみえ創成中	26	5	31

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	浪江町教委		10	10
合計				106

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
葛尾村	979-1602	双葉郡葛尾村大字落合字落合16	0240-29-2170	総務学校教育係

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	葛尾小	15	5	20
2	葛尾中	7	5	12

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	葛尾村教委		10	10
合計				42

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
双葉町	974-8212	いわき市東田町2-19-4	0246-84-5210	教育総務課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
312	双葉南小	8	5	13
313	双葉北小	8	5	13

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
165	双葉中	14	5	19
4	双葉町教委		10	10
合計				55

市区町村名等	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
大熊町	979-1306	双葉郡大熊町大川原字南平1717	0240-23-7532	教育総務課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	学び舎ゆめの森（前期）	40	5	45
2	学び舎ゆめの森（後期）	14	5	19
3	大熊町教委		10	10
合計		54	20	74

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地			電話番号	担当部署		
川内村		979-1201	双葉郡川内村大字上川内字小山平15			0240-38-3805	教育総務係		

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	川内小中学園（前期）	49	5	54
2	川内小中学園（後期）	22	5	27

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
3	川内村教委		10	10
合計				91

市区町村名等		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
富岡町		979-1151	双葉郡富岡町大字本岡字王塚622-1		0240-22-2626	教育総務課
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数		
1	富岡小	77	5	82		
2	富岡中	22	5	27		
3	富岡町教委		10	10		
合計		99	20	119		

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地			電話番号	担当部署
檜葉町	979-0514	双葉郡檜葉町大字北田字鐘突堂5-4			0240-23-5515	教育総務課 総務係
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数		
1	檜葉小	174	5	179		
2	檜葉中	70	5	75		
3	檜葉町教委		10	10		
合計		244	20	264		

市区町村教育委員会		郵便番号	所在地		電話番号	担当部署
広野町		979-0402	双葉郡広野町大字下北迫字苗代替35		0240-27-4166	学校教育係
No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数		
1	広野小	124	5	129		
2	広野中	115	5	120		
3	広野町教委		10	10		
合計		239	20	259		

相双合計	7,529
------	-------

市区町村教育委員会	郵便番号	所在地	電話番号	担当部署
いわき市	970-8026	いわき市平字堂根町4-8	0246-22-7540	学校教育課

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
1	平一小	439	5	444
2	平二小	336	5	341
3	平三小	357	5	362
4	平四小	254	5	259
5	平五小	514	5	519
6	平六小	224	5	229
7	郷ヶ丘小	372	5	377
8	中央台北小	227	5	232
9	中央台南小	193	5	198
10	中央台東小	256	5	261
11	豊間小	246	5	251
12	高久小	118	5	123
13	夏井小	75	5	80
14	草野小	432	5	437
15	赤井小	219	5	224
16	四倉小	323	5	328
17	大浦小	329	5	334
18	久之浜一小	150	5	155
19	久之浜二小	5	5	10
20	小川小	151	5	156
21	小玉小	145	5	150
22	内町小	174	5	179
23	綴小	34	5	39
24	御厩小	258	5	263
25	高坂小	371	5	376
26	宮小	52	5	57
27	高野小	53	5	58
28	好間一小	297	5	302
29	好間二小	199	5	204
30	好間四小	22	5	27
31	三和小	71	5	76
32	小名浜一小	277	5	282
33	小名浜二小	392	5	397

No.	学校	児童・生徒数	予備	配布枚数
53	菊田小	344	5	349
54	勿来一小	414	5	419
55	勿来二小	155	5	160
56	勿来三小	23	5	28
57	川部小	62	5	67
58	上遠野小	151	5	156
59	田人小	26	5	31
60	平一中	453	5	458
61	平二中	300	5	305
62	平三中	421	5	426
63	中央台北中	303	5	308
64	中央台南中	299	5	304
65	豊間中	81	5	86
66	藤間中	108	5	113
67	草野中	184	5	189
68	赤井中	100	5	105
69	四倉中	270	5	275
70	久之浜中	62	5	67
71	小川中	151	5	156
72	内郷一中	361	5	366
73	内郷二中	69	5	74
74	内郷三中	33	5	38
75	好間中	233	5	238
76	三和中	47	5	52
77	小名浜一中	547	5	552
78	小名浜二中	259	5	264
79	玉川中	191	5	196
80	江名中	156	5	161
81	泉中	767	5	772
82	湯本一中	251	5	256
83	湯本二中	100	5	105
84	湯本三中	75	5	80
85	磐崎中	323	5	328

34	小名浜三小	419	5	424
35	小名浜東小	414	5	419
36	小名浜西小	450	5	455
37	鹿島小	230	5	235
38	江名小	76	5	81
39	永崎小	238	5	243
40	泉小	840	5	845
41	泉北小	615	5	620
42	渡辺小	101	5	106
43	湯本一小	326	5	331
44	湯本二小	132	5	137
45	湯本三小	174	5	179
46	長倉小	179	5	184
47	磐崎小	509	5	514
48	藤原小	134	5	139
49	植田小	465	5	470
50	汐見が丘小	279	5	284
51	錦小	337	5	342
52	錦東小	172	5	177
小計		13,655	260	13,915

86	植田中	401	5	406
87	植田東中	203	5	208
88	錦中	238	5	243
89	勿来一中	227	5	232
90	勿来二中	73	5	78
91	川部中	28	5	33
92	上遠野中	105	5	110
93	田入中	27	5	32
94	いわき市教委		10	10
小計		8,621	215	8,836
合計		22,276	475	22,751

【福島県食育応援企業団】

	業者名	郵便番号	所在地	電話番号	送付枚数
1	株式会社いちい	960-2101	福島市さくら一丁目2-1	024-594-1111	2,000
2	株式会社 ヨークベニマル	963-8024	郡山市朝日二丁目18-2	024-924-3130	4,000
3	生活協同組合 コープふくしま	960-1101	福島市大森丑子内103	024-557-1125	2,000
4	株式会社 マルト商事	974-8232	いわき市錦町作鞍27	0246-41-9157	2,000
5	株式会社リオン・ドールコーポレーション	965-0878	会津若松市中町4-36	0242-26-2114	3,000
					13,000

【附属小・中学校】

	学校名	郵便番号	所在地	電話番号	送付枚数
	福島大学附属小学校	960-8022	福島市新浜町4-6	024-534-6441	616
	福島大学附属中学校	960-8107	福島市浜田町12-26	024-534-6442	424

1,040

【健康教育課】

	送付枚数	学校名・所属名	送付枚数
県立安積中	65	県南教育事務所	10
会津学鳳中	245	会津教育事務所	10
ふたば未来学園中	183	南会津教育事務所	10
ふくしま支援	99	相双教育事務所	10
県北教育事務所	10	いわき教育事務所	10
県中教育事務所	10	予備	586

1,248

15,288



- この事業は、小中学生を対象に、地元農水産物を活用しごはんを主食とした料理コンテストを開催し、入賞した作品をレシピとして配信することにより、地元食材・食文化に対する理解を深め、地場産物の活用率の向上につなげることを目的としています。
- この事業の一部は、国内外からお寄せいただいた寄附金をもとに造成された「福島県東日本大震災子ども支援基金」により実施しています。

おいしい福島を
味わって、
健康になろう！



元気なふくしまっ子食環境整備事業 令和6年度ふくしまっ子ごはんコンテスト 子どもが作る地場産物活用

健康レシピ

見本 (R6 チラシ)

最優秀賞

暑い夏を乗り切る！カラフル朝ごはん

朝ごはんの特ちょうや工夫したこと

夏はとても暑いので朝でもさっぱりと食べやすいことや、見た目をかわいく、カラフルにして食欲がわくように工夫しました。冷たいみそ汁は火を使わずに作る時も食べる時も暑くないよう考えました。

家の庭や、祖父母の家の畑でとれた野菜をどうやったらたくさん食べられるか考えてメニューにしました。また、野菜だけではなく、ツナやチーズなどを入れ、栄養バランスを考えました。



南相馬市立原町第一小学校6年

なかつがわ ちはる
中津川 千晴 さん

POINT

朝食は、睡眠中に下がった体温を上昇させ、脳にエネルギーを補給するなど、午前中の活動の源となる大切な食事です。

家庭で収穫した野菜を工夫して活用し、夏でも食欲が出る料理を取り入れ、栄養素のバランスも考えました。

最優秀賞

地域密着！大好きがいっぱいつまった栄養満点お弁当

お弁当の特徴や工夫したこと

川前の地元食材に三和の地元食材のむすめきたかもプラスして献立を考えました。

SDGsの事を考えながら献立や調理方法を考えているのですが、今年は食中毒にも気を配ってタレを別容器にして汁気をなくしたり、大葉でおかずをしきったりと気をつけました。

生ごみも“0”に近づけるように考えました。大好きなおかずばかりだけど栄養満点のお弁当ができました。



いわき市立三和中学校2年

さかい とうこ
酒井 瞳胡 さん

POINT

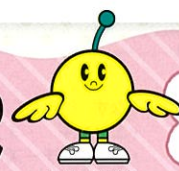
主食：副菜：主菜を3：2：1にすることで、栄養のバランスがよいお弁当になります。

地域の食材、乾物の活用、SDGsや食中毒予防を考えた献立や調理方法の工夫が見られました。

問合せ先

福島県教育庁健康教育課 ☎024-521-8409

URL : <https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/70059a/>



ふくしまっ子
ごはんコンテスト
入賞作品が
掲載されています。



暑い夏を乗り切る!カラフル朝ごはん

松川浦産あおさとしょうが・コーンのまぜごはん

- 【材 料】(一人分)
- ・ごはん 160g
 - ・しょうが 10g
 - ・白だし 大さじ1
 - ・かんそうあおさ 2g
 - ・コーン 20g
 - ・水 50mL
- 【作り方】
- ①しょうがはせん切りにする。
 - ②水、白だし、しょうがを中火にかける。ふっとうしたらコーンを入れる。
 - ③さらにふっとうしたら弱火にしてあおさを入れる。
 - ④全体的になじんだら火をとめて、ご飯に混ぜ合わせる。

梅と長いもツナの冷や汁

- 【材 料】(一人分)
- ・梅 大1個
 - ・長いも 25g
 - ・液体みそ 小さじ1
 - ・だし汁(こんぶ・かつお節) 150mL
 - ・シソ 2枚
 - ・ツナ 大さじ1
 - ・すりごま 小さじ1
- 【作り方】
- ①梅は種をとりきざむ。シソはせん切りにする。
長いもは皮をむき袋に入れて手で1cmくらいになるまでつぶす。
こんぶとかつお節を水に入れ一晩おく。
 - ②液体みそ、すりごま、だし汁を混ぜる。
 - ③残りの材料を入れ、冷蔵庫で冷やす。

くるくる卵ピンチョス

- 【材 料】(一人分)
- ・卵 1個
 - ・塩こしょう 少々
 - ・アスパラガス 1本
 - ・焼きのり 1/2枚
 - ・片栗粉 小さじ1
 - ・魚肉ソーセージ 1本
 - ・オクラ 2~3本
 - ・スライスチーズ 2枚
- 【作り方】
- ①オクラ、アスパラガスをゆでる。
 - ②卵に片栗粉、塩こしょうを入れよくまぜ、うす焼き玉子をつくる。
 - ③②の上にのり、チーズ、魚肉ソーセージ、アスパラガス、オクラをのせ、巻く。
2~3cm幅につまようじをさしてとめ、その間を切る。

おかわかめのトロトロとうふ

- 【材 料】(一人分)
- ・おかわかめ 2~3枚
 - ・白だし 小さじ1
 - ・絹豆腐 大さじ1
- 【作り方】
- ①おかわかめはふっとうした湯で15秒ゆで、冷水にとり、せん切りにする。
 - ②とうふの上におかわかめをのせ、白だしをかける。

生野菜のシソ巻き

- 【材 料】(一人分)
- ・シソ 2~3枚
 - ・にんじん 20g
 - ・しょうゆ、ごま油、にんにくすりおろし 各大さじ1
 - ・きゅうり 20g
- 【作り方】
- ①きゅうり、にんじんはせん切りにする。
しょうゆ、ごま油、にんにくを混ぜてシソにかけ、一晩以上おく。
 - ②きゅうり、にんじんを少量ずつシソで巻く。

パプリカのおカカアえ

- 【材 料】(一人分)
- ・パプリカ 30g
 - ・かつおぶし 1つまみ
 - ・めんつゆ 小さじ1
- 【作り方】
- ①パプリカはせん切りにする。
 - ②①をラップして1~1分30秒、レンジにかける。
 - ③めんつゆとかつおぶしを混ぜ合わせる。

トマトジュレ

- 【材 料】(一人分)
- ・ミニトマト 3個
 - ・砂糖 小さじ2
 - ・ゼラチン 1g
 - ・水 50mL
- 【作り方】
- ①ミニトマトの皮は湯むきする。
 - ②①に砂糖をまぶし、半日~1日冷蔵庫に入れておく。
 - ③水50mLを80℃以上に温め、ゼラチンを入れてよく溶かす。
 - ④ミニトマト(トマトから出た水分も)を入れまぜたら1時間以上冷やす。

地域密着! 大好きがいっぱいつまった栄養満点お弁当

三色おにぎり

- 【材 料】(一人分)
- ・米 100g
 - ・ごま塩 少々
 - ・しらす 15g
 - ・とうもろこし 10g
 - ・大葉 6枚
 - ・むすめきたか 10g
 - ・大根の葉 10g
 - ・塩、ごま油 少々
 - ・カレー粉 適量
- 【作り方】
- ①前日に一晩水につけたむすめきたかを1時間半ほど煮る。
 - ②ご飯を炊く時に、水2個と少量の酢を混ぜて炊く。
 - ③大根の葉を細かくきざんでレンジ600Wで1分加熱する。
 - ④とうもろこしをレンジ600Wで5分加熱し粒をはずす。
 - ⑤炊けたご飯を三等分にする。
 - ・むすめきたかをまぜてにぎり、ごま塩をふる。
 - ・③に塩、ごま油、しらすをまぜ、ごはんをまぜてにぎる。
 - ・④に⑤、カレー粉をまぜてにぎる。
 - ⑥大葉をおにぎりの下に敷く。

とり肉のからあげリンゴ酢ソース

- 【材 料】(一人分)
- ・とり肉 80g
 - ・片栗粉 適量
 - ・しょうゆ 大さじ1/2
 - ・塩こうじ 大さじ1
 - ・リンゴ酢 大さじ1
 - ・米粉の皮 1/4枚
- 【作り方】
- ①前日に1/4に切った米粉の皮をカップの形にしてトースターで1分焼く。
 - ②とり肉は2個に切り、塩こうじに15分つける。
 - ③②に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
 - ④リンゴ酢としょうゆをまぜて容器に入れ、食べる時にかける。

えびのはんぺん衣あげ

- 【材 料】(一人分)
- ・むきえび 1尾
 - ・小白きゅうり 5g
 - ・春雨 適量
 - ・はんぺん 10g
 - ・塩こしょう 少々
- 【作り方】
- ①はんぺんは手でつぶす。小白きゅうりは細かく刻む。春雨は細かく切る。
 - ②はんぺんに塩こしょうを入れ、小白きゅうりとまぜる。
 - ③えびを尻尾の部分を出して②で覆う。
 - ④③に春雨をつけて、油で揚げる。

夏野菜ときのこのベーコン巻き

- 【材 料】(一人分)
- ・小白きゅうり 1/12本
 - ・アスパラガス 1本
 - ・ベーコン 半分3枚
 - ・なす 1/12本
 - ・エリンギ 1/4本
 - ・スライスチーズ 1枚

【作り方】

- ①小白きゅうり、なすは拍子切り、アスパラガス、スライスチーズは3等分、エリンギはうすく切る。
- ②ベーコンにスライスチーズとエリンギをのせて、小白きゅうり、なす、アスパラガスをそれぞれ巻く。
- ③巻き終わりを下にして、トースターで5分焼く。

モロヘイヤ卵焼き

- 【材 料】(一人分)
- ・チャボの卵 1個
 - ・しらす 15g
 - ・モロヘイヤ 10g
 - ・油、塩、マヨネーズ 少々
- 【作り方】
- ①モロヘイヤは細かく刻む。
 - ②チャボの卵を溶きほぐし、塩、マヨネーズを入れて混ぜあわせる。
 - ③②にモロヘイヤ、しらすを入れてまぜる。
 - ④フライパンに油をひき、卵液を半分流しこんで巻く。
 - ⑤残りを流しこんで巻く。

トマトのコーン焼き

- 【材 料】(一人分)
- ・プチトマト 2個
 - ・マヨネーズ、パン粉 適量
 - ・とうもろこし 10g
- 【作り方】
- ①プチトマトの上を切って中をくりぬく。
 - ②とうもろこしとマヨネーズをまぜプチトマトの中に入れる。
 - ③パン粉をかけてトースターで5分焼く。

ビクルス

- 【材 料】(一人分)
- ・パプリカ 適量
 - ・酢、砂糖、塩 適量
- 【作り方】
- ①パプリカは乱切りにする。
 - ②前日にパプリカを酢、砂糖、塩につけておく。

しみもち氷ぜんざい

- 【材 料】(一人分)
- ・しみもち 1/2個
 - ・砂糖 20g
 - ・むすめきたか 20g
- 【作り方】
- ①しみもち、むすめきたかは一晩水につける。
 - ②前日にむすめきたかを水と砂糖で煮て凍らせておく。
 - ③戻したしみもちをレンジ600Wで1分加熱する。
 - ④小さく切って丸め、冷蔵庫で冷やす。
 - ⑤食べる時に、丸めたしみもちに②をからめる。