

# 平成20年度「やんばる弁当甲子園」実施要領

1. 事業名 やんばる弁当甲子園 ～2部門～

---

## 2. 趣 旨

沖縄県は肥満者の割合が全国平均と比べて高く、特に働き盛りの男性では肥満が顕著に見られます。健康的な生活習慣を確立する為には、若い頃から「食」について考え、継続して実践することが大切です。そこで、高校生が自分達の健康を考え、自らを健康づくりの主役として健全な食生活を考え、実践できるよう、知識の普及啓発を行うことを目的に開催します。

## 3. 主 催

北部福祉保健所

---

## 4. 後 援

社団法人沖縄県食品衛生協会北部支部  
沖縄県食生活改善推進員連絡協議会北部支部

---

## 5. 応募資格

北部管内の高校生等(学校単位での応募とする)  
1グループ 1～5名で編成し1グループにつき1点

---

## 6. 応募締切

平成20年9月30日(火)必着

---

## 7. 応募規定 2部門で募集する(写真を添付すること)

### I かしこくヘルシー弁当部門(野菜が主役のお弁当を考えてみよう)

\* 加工食品、冷凍食品の栄養表示をよく見て、上手に組み合わせて使用してもよ

- ①栄養バランス:主食・副菜・主菜がそろっている
- ②エネルギー:600～800 Kcal
- ③油控えめ、塩分控えめ、野菜をたっぷり
- ④身近な食材を活用し、誰でも手軽に作れること(地域に普及出来る献立)
- ⑤短い時間で作る工夫があること

### II 買い弁当バランスアップ部門(バランスアップ前の写真と後の写真を添付すること)

\* 市販の弁当等を用いて、上手にバランスがとれたメニューを考える

(食事バランスガイドを用いて、バランスがとれているか確認する)

- ①栄養バランス:主食・副菜・主菜がそろっている
- ②エネルギー:600～800 Kcal
- ③油控えめ、塩分控えめ、野菜をたっぷり
- ④身近な食材を活用し、誰でも手軽に作れること(地域に普及出来る献立)
- ⑤コンテストに応募したきっかけや考えた感想等

## 8. 応募方法

期日までに規定の申し込み用紙と写真を学校でとりまとめの上、下記まで提出

---

## 9. 審査の方法

第一次審査(書類選考)

第二次審査(試食)

---

## 10. 表彰及び表彰式

10月末に開催予定(最優秀賞、優秀賞、特別賞【入賞者に対して賞状と副賞を授与】)

---

## 11. 問い合わせ

沖縄県北部福祉保健所 健康推進班

TEL 0980-52-5219

FAX 0980-53-2505