



第8回大会

【一般部門】募集要項

【企画意図】

全国の郷土料理を「タニタが考える健康的な食事の目安」に基づき現代風アレンジし、安全・安心かつ健康的な「食」のソリューションとしてリ・クリエイト。郷土料理の継承とともに、新しい地域の特産品として広く認知・普及させ、地域の活性化に結び付ける。「日本を丸ごと食する」をテーマにこれまでにない日本の食文化に触れてもらうきっかけとして当企画を立ち上げました。

【コンセプト】

1. 郷土料理の継承・・・郷土料理を「健康」という視点からレシピをリ・クリエイトし、郷土料理の新たな魅力を創造
2. 人材育成・・・老若男女問わず参加しやすくすることで交流を通し、文化や技術の継承
3. 地域活性化・・・郷土料理の新たな魅力を引き出すことで、国内・海外の旅行者からの注目を集め地域をPR

【目標】

タニタ食堂のバリューを活かし、全国の郷土料理と「タニタが考える健康的な食事の目安」がマッチングすることで、健康的かつ地域の新たな食の可能性を創造し、郷土料理の技術や歴史を次世代に継承していくこと。

【募集テーマ】

**タニタが考える健康的な食事の目安」に基づき、郷土料理を現代風アレンジ
～地元産食材・調味料を必ず使う事～**

【タニタが考える健康的な食事の目安とは】

地域の調理法や調味料も活かしつつ

① 1食あたり **500 - 800kcal**

② 基本は**主食、主菜、副菜**とするが、これらの要素が入っていれば一皿でもよい

③ 主食(献立全体のごはん、麺、パン)は **100 - 200g** とする

※主食は、米であればご飯、麺類であれば茹で麺など調理後の重量とする

※米や乾麺などを用いる場合は、日本食品標準成分表(八訂)増補2023に基づく成分表に記載されている「重量変化率」を元に、食べる時の状態での量とする。

例) 米 100g → NG (重量変化率 210%のため、食べる時の量は 210g となるため)

米 70g → OK (重量変化率 210%のため、食べる時の量は 147g となるため)

④ 主菜(献立全体の肉、魚、卵、大豆製品)は **70 - 150g** とする

⑤ 野菜は **150g** 以上使うこと(きのこ、いも、海藻は含まず)

⑥ 食塩相当量は **3.4g** 以下

※栄養価計算は日本食品標準成分表(八訂)増補2023年を使用すること。

https://www.mext.go.jp/content/20230428-mxt_kagsei-mext_00001_011.pdf

【参加資格】

1. プロ・アマチュア・企業など問いませんが、3名以下のチーム編成とすること
2. チームメンバーは全員同一都道府県在住、もしくは同じ職場、学校に在籍していること
3. チームの中に必ず地元(その都道府県在住)の栄養士もしくは管理栄養士を入れること

【メニュー形式】

1. メニューは最大で **4品以内**とし、料理の組み合わせ(バランス)は基本「主食」「主菜」「副菜」とするが、これらの要素が入っていれば一皿でもよい。
2. レシピは必ず **1品は郷土料理をベース**にすること(地元食材を使った創作料理は不可)
3. 食材に制限は設けない、栄養価計算表に食材、調味料の食品成分表の食品コードを記載(栄養価計算ソフトで計算し提出可能)

4. コストに制限は設けない
5. 地元産食材・調味料を必ず使う事

【特典】

1. 上位入賞作品は、株式会社タニタが監修し、商品化に向けた取り組みを実施（タニタ食堂での特別提供など）
2. グランプリには賞金 50 万円、準グランプリ（2 チーム）には賞金 10 万円を授与、人気メニュー賞には 3 万円分の Amazon ギフトカードを授与。
3. 書類選考を通過したチームには、全国大会における公共交通機関の交通費、および宿泊費を当実行委員会にて用意いたします。
4. 応募者全員に参加賞として Amazon ギフトカード 500 円分をプレゼント（大会終了後送付）

※ご提出いただく応募資料に不備があった場合は、参加賞を得る権利が無効になりますので、応募の際は必要情報を必ず記載しご応募ください。

また、参加賞の送付については、チーム代表者様に対してチーム人数分をまとめてメールにて送付いたしますので、メールアドレス等不備が無いようにご注意ください。

【早期応募特典】

2025 年 6 月 30 日（月）迄にご応募いただいたチームには、

早期応募特典として書類審査時に 5 点を加点いたします

【大会実施内容】

■ 応募期間

～2025 年 8 月 25 日（月）※当日消印有効

■ 応募方法

下記の応募書類をご準備の上、事務局へ郵送ください。

- ①「第 8 回ご当地タニタごはんコンテスト」申込書
- ②応募動機・応募メニューの料理名・メニュー全体の栄養価・応募メニューの完成画像
- ③郷土料理についての説明・「タニタが考える健康的な食事の目安」を満たすための工夫
- ④レシピ（材料）、レシピ（調理手順）

※応募料理が複数ある場合は③・④は料理毎にご記入下さい

⑤栄養価計算表

※日本食品標準成分表（八訂）増補 2023 年に記載されている食品番号の記載をお願いします
成分表に記載されていない成分値を使用した場合は記載不要です

※メニュー名・食品番号・食材名・重量・エネルギー・塩分の記載があれば栄養価計算ソフトで計算したもので代用可

⑥栄養士もしくは管理栄養士の免許証のコピー

※チームに複数名有資格者がいる場合は代表者の免許証のコピーをお送りください

■ 書類選考

2025 年 9 月上旬～中旬

実施内容：応募書類を元に、実行委員会による審査を実施。各ブロックから上位 2 チーム計 10 チームを選出いたします。

<地区ブロック>

- ① 北海道・東北（北海道、青森、岩手、秋田、宮城、山形、福島）
- ② 関東・甲信越（神奈川、新潟、長野、茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、山梨、静岡）
- ③ 近畿・北陸・中部（京都、富山、石川、福井、岐阜、愛知、三重、滋賀、大阪、兵庫、奈良、和歌山）
- ④ 中国・四国（鳥取、島根、岡山、広島、山口、徳島、香川、愛媛、高知）
- ⑤ 九州・沖縄（福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、沖縄）

※発表方法：9 月下旬にオフィシャルHPにて合否発表を行います。

■ 全国大会

2025年11月15日(土) 開催場所 学校法人服部学園 服部栄養専門学校(東京)

実施内容: 書類選考を勝ち抜いたチームが、全国大会の会場で審査員に向けて**応募したメニューのプレゼンテーションを実施**。なお当日の**調理に関しては、服部栄養専門学校の講師陣にて実施**いたします。(応募メニューより最大3品の調理、試食審査となります)

審査は審査基準をもとに採点し**グランプリ1チーム**及び**準グランプリ2チーム**、**人気作品1チーム**を選出します。

※最寄駅から全国大会会場までの公共交通機関における往復の交通費、宿泊費は実行委員会で負担いたします。宿泊施設は当実行委員会が指定するホテルになります。宿泊数(前泊後泊の有無等)は実行委員会で判断しますが、前泊後泊を希望される場合は各個人負担となります。

※全国大会における審査員試食の調理に関しては、レシピの解釈等により味・見た目等が出場者の意図とは異なる場合がございます。また、調理担当にて入手が困難な食材について代替品を使用させていただく場合や、地域特産品等、特殊な食材・調味料については出場者にご手配のお願いをさせていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

【審査の基準】

■ 書類審査(※第7回大会より審査内容が若干変更になりました)

①応募動機 ②郷土料理の理解度と課題認識度

③郷土料理の課題解決や「タニタが考える健康的な食事の目安(レギュレーション)」を満たすための工夫

④見た目の美味しさ(レシピ・写真) ⑤料理の再現性(調理手順に無理はないか)

※上記①~⑤を各10点満点で採点(早期応募特典として6月30日までに応募書類を送ると+5点)

■ 全国大会

メニュー内容: 60点 ①見た目のおいしさ ②味のバランス(献立全体) ③アレンジの工夫 ④調理の再現性(作りやすさ) ⑤郷土料理の課題を踏まえた健康的な食事としての完成度 ⑥地産地消への貢献度

プレゼンテーション内容: 40点 ①表現力 ②応募動機 ③郷土料理の理解 ④郷土料理の課題認識度

【応募に関する重要事項】

■ 応募における必要事項

1 応募の際は氏名などフリガナも付けて必ずご記入ください。

記入漏れの場合は、審査対象外となりますので、ご了承ください。

2 申込書は、2025年8月25日・当日消印有効までに事務局へ原本を郵送ください。

3 申込書は返却致しませんのでご了承ください。

4 申込書の使用言語は、原則日本語のみとなります。

5 栄養士もしくは管理栄養士の資格書のコピーを同封ください。

【注意事項】

1 郷土料理の説明などインターネットを参考にしても良いが転載は禁止です

2 応募レシピは第三者の著作権、商標権などを侵害していないものに限りです

【応募に関わる権利の保全】

1 個人情報の使用

応募者から提出された情報・撮影した写真・映像については、ご当地タニタごはんコンテストの展開に必要とされる範囲に限り、主催者または主催者が容認した第三者(協賛企業・メディアなど)が使用することをご了承ください。

2 応募情報の使用

出場申込書・メニューなどの応募書類の著作権は、主催者側に帰属するものとします。

応募内容に関わる情報は、ご当地タニタごはんコンテストの展開に必要とされる範囲に限り、主催者または主催者が容認した第三者(協賛企業・メディアなど)が使用することにご同意ください。なお、その編集等は、主催者に監修・確認を一任することをご了承ください。

3 応募者の出場取り消し・メンバーの変更

応募者側に、応募から全国勝大会までの期間で、応募内容について審査の継続が困難な事由が生じた場合、ルール違反や虚偽の内容での応募、事務局に対して進行を損なうような行為を行った場合、出場の取り消

し

を行う可能性があります。応募者が出場の取り消し、もしくはメンバーの変更を希望する場合は、直ちに当実行委員会にご連絡いただき、その旨を書面に記載して再提出してください。

4 破損・事故について

使用会場の備品の器物破損やケガや事故については、自己責任となることをご了承ください。当実行委員会では補償いたしません。

5 表彰の取り消し

主催者は、表彰式後、表彰対象の応募内容に下記のような事実が判明した場合は、表彰を取り消すことができます。

※応募内容に関わる虚偽、不正が発覚した場合

※応募内容が他者の権利を侵害していると認められた場合

※その他当実行委員会が必要と認めた場合

【お問合せ先】

〒150-0031 東京都渋谷区桜丘町 30-15 ビバリーヒルズ 206

Office G-Revo 株式会社内(ご当地タニタごはんコンテスト事務局)

TEL 03-6450-5845 (10時~17時 土日祝日除く)

MAIL info@tanitagohan.net

オフィシャルHP <http://www.tanitagohan.net>

【ご当地タニタごはんコンテスト実行委員会】

株式会社タニタ、株式会社イズム、Office G-Revo 株式会社、共同ピーアール株式会社、学校法人服部学園 服部栄養専門学校、

【後援】

公益社団法人日本栄養士会、

【協力】

特定非営利活動法人 NPO 日本食育インストラクター協会、一般社団法人全国食の甲子園協会

【協賛】

株式会社タニタ

全体スケジュール

～8月25日	募集期間 応募書類に必要事項を記入の上、原本を事務局へ送付
9月上旬～中旬	書類審査 応募書類の内容を実行委員会にて選考、各ブロックから上位2チーム計10チームを選出します（9月下旬にHPで発表予定）
11月15日	全国大会 書類選考で選ばれた、各エリアの代表チームが、全国大会の会場で考案したレシピにおけるプレゼンテーションを行い、その内容を元にグランプリ1チーム、準グランプリ2チーム、人気作品1チームを選出します

