

# 第1回 狛江市フェーズフリー防災レシピコンテスト

( 小学生夏休み自由研究 )

## 応募要項

### 1 目的

日常時と災害時の垣根を取り払う考え方をフェーズフリーといいます。今回は、市内小学生の皆さんに、夏休みの自由研究として、「もっと防災を気軽に、身近に」どうしたら自分の日常に取り入れられるかを、「クッキング（調理）」の分野でレシピを作りながら考え、体験、応募してもらい、「防災の日常化」を、自分事として、とらえてもらえる自由研究を推進します。同時に、小学生の作品の周知により、狛江市民の「ローリングストック」など防災意識向上へ繋がることを目的とします。

### 2 共催

狛江市、こまえ親子防災部

### 3 主管

総務部安心安全課

### 4 応募資格

狛江市内小学生

### 5 応募内容

(1) 未発表のオリジナルレシピであること。

(2) ジャンルについて

災害発生時に、ご家庭にある備蓄で調理ができるとともに、日常生活でも実践したくなるようなフェーズフリーな防災レシピとし、「主食」「主菜」「副菜」「汁物」「デザート」「おやつ」などのジャンルは問いません。

#### ★備蓄できる長期保存食品等の例

乾物・・・乾燥ヒジキや切り干し大根、乾麺

缶詰・・・鯖缶やツナ缶

レトルト食品・・・スープやカレーなど

調味料・・・砂糖、塩、コショウ、スパイス、醤油、油など、手に入りやすいもの

#### ★狛江産食材

使用している場合は加点対象とします

(3) 調理器具について

電気・ガス・水道などのライフラインが止まった状態で調理可能なこと  
カセットコンロ1つ、調理器具、ビニール、備蓄水の使用は可とします

(4) 調理時間 40 分以内

(5) 人数 2 人分

(6) 応募数 1 人 1 点

### 6 応募期間

電子申請・電子メール・郵送 : 令和4年7月20日(水)～8月24日(水)(必着)

持参 : 上記 平日の 9 時 から 17 時 まで

## 7 応募方法

電子申請または応募用紙に記入の上、持参、郵送、電子メールにてご応募ください。

応募用紙は市ホームページに掲載するほか、狛江市役所安心安全課で配布します。

※材料、作り方が指定の欄に書ききれない場合は、別の用紙に記入してもかまいません。

※メール送付の場合、メール本文、添付画像あわせて 5 MB 以内

## 8 応募先・問い合わせ先

〒201-8585 東京都狛江市和泉本町1丁目1-5

狛江市役所 総務部 安心安全課



電子申請 : 右記 QR コードより

電子メール : [bousaikkr@city.komae.lg.jp](mailto:bousaikkr@city.komae.lg.jp)

電話 : 03-3430-1111 (平日 8:30~17:15 狛江市役所安心安全課)  
090-3478-0435 (休日担当: 辻村)

## 9 受賞レシピの選定、受賞決定通知

受賞レシピは、9月中に選考を行います。

決定通知は、受賞後速やかにご連絡、お渡しを致します。

## 10 表彰内容

最優秀賞	1人	(副賞: 図書カード 2,000円分)
優秀賞	1人	(副賞: 図書カード 1,000円分)
こまえ親子防災部賞	4人	(副賞: 図書カード 500円分)

## 11 入賞レシピ発表

狛江市及びこまえ親子防災部のホームページ、SNS、各種広報媒体などに掲載されます。ご承知下さい。

(応募レシピ、学校名、氏名のみ)

## 12 注意事項

※応募レシピの著作権及び使用権は主催者に帰属し、応募用紙の返却は原則として行いません。

※ご提供いただいた個人情報は、今回の目的以外には使用しません。

※応募レシピについて第三者とトラブルが生じた場合については、主催者は一切の責任を負いかねます。

以上