

「食のオタフクカップ～第1回広島市小学生レシピ駅伝大会～」動画特別企画 「スポーツとごはんの関係」期間限定で公開開始

～動画の公開は4月5日(月)まで!「試合当日の朝ごはん」のポイントや、応募レシピを動画で紹介～

オタフクソース株式会社(本社:広島市西区、代表取締役社長:佐々木 孝富)は、今年初めて開催した『みんなでつくろう!食のオタフクカップ』～第1回広島市小学生レシピ駅伝大会～の一環として、“食事と運動”について学べる動画「スポーツとごはんの関係」を制作し、全国の小学生に向けて期間限定で公開開始しました。動画は、春休みの3月29日(月)～4月5日(月)に、オタフク公式 Web サイト内の「食のオタフクカップ」ページでどなたでもご覧になれます。(食のオタフクカップページ:<https://www.otafuku.co.jp/special/shoku-otafukucup/>)



オタフク公式 Web サイト内「食のオタフクカップ」ページからご覧になれます

動画で学べる“食事と運動”!「試合当日の朝ごはん」に取りたい栄養素や食べるタイミングなどをわかりやすく解説

この動画は、“食事と運動”の両面において、知識や関心を高めるきっかけになることを願い、初開催した「食のオタフクカップ」(※)の特別企画として制作し、同大会の結果発表とともに弊社 Web サイトに公開しました。動画の第1部では同大会のテーマ「試合当日の朝ごはん」に取りたい栄養素や食べるタイミングなどのポイントを解説し、運動に欠かせない食事の大切さをお伝えします。第2部では、食のオタフクカップで入賞したレシピの審査ポイントや特徴などを紹介します。動画は全編、一般社団法人日本スポーツ栄養協会様に栄養監修に協力いただき、同大会で特別審査員を務められた日本スポーツ栄養協会の理事長・鈴木志保子先生(公認スポーツ栄養士・管理栄養士)がわかりやすく解説。春休みの期間に、ご家族でうち時間に楽しんだり、食育の機会としたりさまざまに活用いただくことができます。

【動画「スポーツとごはんの関係」の公開概要】

公開期間:2021年3月29日(月)～4月5日(月)

内容:第1部「いい朝ごはん、活躍しよう」(約15分)

第2部「みんなの朝ごはんレシピを紹介」(約24分)

視聴方法:オタフク公式 Web サイト内の「食のオタフクカップ」ページから、YouTube で期間中どなたでもご覧になれます。

●食のオタフクカップ URL● <https://www.otafuku.co.jp/special/shoku-otafukucup/>

第1部では、駅伝大会出場を控えた好美ちゃん(小6)に、鈴木先生がポイントを解説。第2部は、レシピ紹介に加え、サンフレッチェ広島の選手たちからのメッセージも!

(※)「食のオタフクカップ」とは・・・

弊社では1995年から、子どもたちの体力を高め、仲間との絆を深める『オタフクカップ』広島市小学生駅伝大会(主催:広島市陸上競技協会)を応援しており、今年新たに「食のオタフクカップ」を開催しました。広島市の小学5・6年生の3人1チームを対象に、2021年1月6日(水)～2月5日(金)にレシピを募集。3人それぞれが区間ごと(1区主食、2区主菜、3区副菜)に考えたレシピをつないで、一つの朝ごはんをつくりあげていただきました。

このように、同大会は、自分で考え、つくる体験を通じ、健やかな成長につながることを目指すと同時に、駅伝のようにチームを組み、レシピをつないで仲間と取り組む思い出づくりの機会の創出も目的として実施し、27チームから81レシピが集まりました。応募いただいたレシピは、書類審査・試食審査を行い、入賞作品を決定。結果は3月29日(月)より「食のオタフクカップ」ページ上で公開しています。

「食のオタフクカップ」テーマ

【大会テーマ】

「試合や競技当日の朝ごはん」
(午前中に競技する選手)

【区間テーマ】

(作成は各区間1名)
1区:主食/2区:主菜/
3区:副菜

