

妊娠・出産に大切な栄養素「葉酸」たっぷりの料理を大学生とプロの料理人が競う 料理の熱闘甲子園！ 第 12 回「葉酸たまご甲子園®」開催

一般社団法人葉酸と母子の健康を考える会（京都市西京区、代表理事：金 武祚）は、元気な赤ちゃんを産むための大切な栄養素「葉酸」を広く発信する料理コンテスト、「葉酸たまご甲子園」を開催いたしました。



■葉酸たまごとは？

葉酸は、特に妊娠期の女性にとって欠かせない栄養素であり、胎児の正常な発育を支えるなど、重要な役割を果たすことが広く知られています。厚生労働省では、妊婦の場合 1 日に 480 μ g の摂取を推奨していますが、水溶性ビタミンである葉酸は料理をしている間に失われてしまいます。そこで登場したのが「葉酸」を多く含む特別な卵＝「葉酸たまご（しんたまご）」です。普通の卵の約 3 倍の葉酸が含まれており（100g あたり約 120 μ g）、調理による葉酸の損失が少ないため、手軽に葉酸を摂ることができます。

■葉酸たまご甲子園とは？

葉酸たまご甲子園とは、元気な赤ちゃんを産むための大切な必要な「葉酸」を広めることを目的に、栄養学を学ぶ大学生を対象に 2009 年に始まった葉酸たまごの料理コンテストです。「葉酸たまご（しんたまご）」を使い、1 日の葉酸摂取量＝240 μ g（マイクログラム）以上（成人 1 日推奨摂取量）に貢献する料理を競います。

第 12 回の本大会は、IJCA 国際日本料理協会との共催で、2025 年 6 月 14 日京都光華女子大学を会場に開催いたしました。本大会では大学生 9 チームに加え、IJCA 協会加盟の各店舗から集められたプロの料理人 5 人が自慢の腕を振るいました。今後も葉酸と母子の健康を考える会は、葉酸たまご甲子園を通じて、葉酸の大切さと葉酸たまごの魅力について発信し、母子の健康支援に貢献すべく尽力してまいります。

■今大会入賞チーム：

【学生の部】

優勝：京都女子大学 「チーム・カツラボ」

準優勝：京都女子大学 おいしいもの探究隊

審査員長特別賞：奈良女子大学 ぴよぴよ葉酸隊

【プロの部】

最優秀賞：ハイアットリージェンシー京都

優秀賞：有馬グランドホテル

特別賞：神楽坂 くろす



学生の部 優勝



プロの部 最優秀賞



審査の様子



授賞式の様子

■第12回葉酸たまご甲子園 開催概要

共催：一般社団法人 葉酸と母子の健康を考える会、IJCA 国際日本料理協会

後援：株式会社ファーマフーズ、JA全農たまご株式会社

協賛：JA全農たまご株式会社、株式会社モンシエール、株式会社愛鶏園、UHA味覚糖株式会社

(※順不同)

開催日：2025年6月14日(土)

開催場所：京都光華女子大学 光耀館 4F (京都市右京区西京極葛野町 38)

■出場チーム：

【学生の部】9チーム(1チーム3名)

1. 京都光華女子大学 ; team310
2. 同志社女子大学 ; 食物研究会Aチーム
3. 同志社女子大学 ; 食物研究会Bチーム
4. 相愛大学 ; エグチル
5. 京都女子大学 ; 「チーム・カツラボ」
6. 京都女子大学 ; おいしいもの探究隊
7. 奈良女子大学 ; ぴよぴよ葉酸隊
8. 大手前大学 ; カルカル団
9. 東大阪大学短期大学部 ; 「ココシカ女子」

【プロの部】国際日本料理協会加盟5店舗の料理人

- A ハイアットリージェンシー京都 伊藤 広勝
- B ANAクラウンプラザホテル岡山 上坂 岳生
- C 有馬グランドホテル 吉岡 裕樹
- D 神楽坂 くるす 菅原 一彦
- E 嬉野八十八 佐々木 信介

■審査員：

藤口 晃一 氏 (国際日本料理協会 会長)

井上 理宏 氏 (国際日本料理協会 副会長)

林 由佳子 氏 (京都大学 教授)

原 正美 氏 (京都光華女子大学 教授)

的場 輝佳 氏 (奈良女子大学 名誉教授)

金 美花 氏 (株式会社モンシエール 代表取締役)

(※順不同)

■ 審査方法 :

【学生の部】

葉酸含有量・アイデア・インパクト・手軽度（料理のしやすさ）および味について、審査員が総合審査する。

【プロの部】

上記審査内容に加え、価格設定、原価率も審査対象とする。大学・短期大学の部と同じ審査委員と共に、参加各校から選出された審査員 4 名も評価に加わる。

■ 一般社団法人 葉酸と母子の健康を考える会 :

一般社団法人 葉酸と母子の健康を考える会は、葉酸の普及活動を目的に設立されました。本会では、必須栄養素である「葉酸」が、妊娠・出産を契機として現代女性と子どもの健康に果たす役割について、広く情報を発信していくために、4月3日を「葉酸の日」と定め、葉酸を効率的に摂取できる食品、特に葉酸を豊富に含んだ「葉酸たまご」に推奨マークの使用を許諾しています。



一般社団法人 葉酸と母子の健康を考える会

会長：猪原匡史（国立循環器病研究センター 副院長、脳神経内科部長）

代表理事：金 武祚（株式会社ファーマーズ 代表取締役 社長）

正会員企業：JA全農たまご株式会社、株式会社ファーマーズ

〒615-8245 京都市西京区御陵大原 1-49

web0403@yo-san.jp

■ 国際日本料理協会 :

国際日本料理協会は、日本の風土に根付いた特産物、京料理をはじめとする各地域の伝統農産物をその素材のもつ味を無理・無駄なく活かした地球環境にやさしい料理をつくり、「日本の料理の分化・伝統を守り、伝える」活動を行うことを目的として設立いたしました。

当協会は、日本料理に携わっている料理人および関係者の単なる親睦団体ではなく、会員がこれまでに修得した技術・神髄を深く広め食育教育などに活用し、「日本料理の素晴らしさを世界に、そして未来に」という想いをもって国内外を問わず日本料理の広範囲な普及活動を目指しています。



国際日本料理協会運営事務局

〒553-0003 大阪市福島区福島 7 丁目 14-18 5F

電話 06-6456-5525 FAX 06-6456-5535