



# 神奈川区 朝ごはんレシピコンクール

あなたのおすすめ

# 「朝ごはん」レシピ大募集！

神奈川区では、子どもから大人まで、すべての方が健康で元気に過ごしていただくために、「朝ごはん」を応援しています。 あなたのおすすめ「朝ごはん」をおしえてください!

## 募集内容

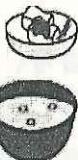
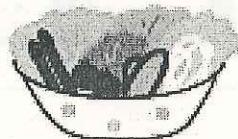
誰でも、簡単に作れるレシピを募集します！部門を選択してください。

### ①「簡単野菜レシピ」部門（次の2つの条件が必要です）

- 野菜を1食で70g以上（食事バランスガイド1つ分）使用していること
- 5～10分で作れること

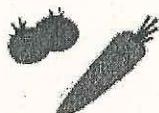
### ②「バランス朝ごはん」部門（次の2つの条件が必要です）

- 主食・主菜・副菜がそろっていること
- 栄養バランスを考えられていること



## 対象

区内在住、在勤、在学中の方



## 募集期間

平成25年7月22日（月）～9月13日（金）

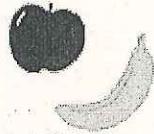
## 応募方法

応募用紙に必要事項をご記入の上、持参、郵送、Eメールにてお申し込みください。

★応募用紙は神奈川区役所、区内地域ケアプラザ、区内地区センターなどに設置しています。  
神奈川区役所のホームページからもダウンロードできます。

## 表彰内容

- 最優秀賞 各部門 1名
- 優秀賞 他 各部門10名程度
- ★入賞者には、表彰状と賞品  
(区内名品などの詰め合わせ) を差し上げます。



## 発表および表彰式

平成25年12月25日（水）に神奈川公会堂で開催される食育イベントにて、発表・表彰します。

## 応募規定(必ずお読みください)

- 作品はオリジナルで未発表のものに限ります。
- 作品は区内施設の給食、飲食店等で活用することができます。
- 個々の審査結果についてはお答えできません。
- 作品は神奈川区の広報、ホームページ、パンフレット等に掲載することができます。
- 応募用紙の個人情報は、当コンクールに関する事業以外には使用しません。

- 作品の著作権等は、神奈川区役所に帰属します。
- 応募書類などの返却はしません。

## お申し込み・問い合わせ

〒221-0824 神奈川区広台太田町3-8  
神奈川区役所 福祉保健課 健康づくり係 本館3階308窓口  
電話 411-7138  
Eメールアドレス kg-asagohan@city.yokohama.jp

主催：神奈川区役所・神奈川区食育企画会

協力：神奈川区食生活等改善推進委員会・神奈川区保健活動推進委員会

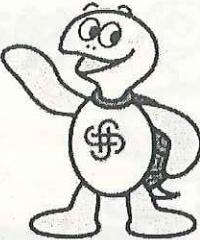
神奈川区食品衛生協会・よこはま青果塾

岩井の胡麻油（株）・栄養食（株）・（株）ガトーよこはま

JA横浜神奈川支店・日本味噌（株）・横浜醤油（株）



# 朝ごはんレシピコンクール応募用紙



応募部門を選択してください。

- 「簡単野菜レシピ」部門
  - 「バランス朝ごはん」部門

料理名		調理時間	分
ふりがな		料理の写真または絵 ※写真の場合は、裏にタイトル・氏名を書いて貼付けてください。 E-mailでご応募の場合は、写真もしくは絵のデータを添付してください。	
氏名			
年齢	歳	(男・女)	
連絡先			
〒　一			
電話番号(　　)　　一			
本コンクールを何でお知りになりましたか			
1. 保育園・幼稚園・学校からのチラシ (施設名) ) 2. 区民利用施設からのチラシ (区役所・地域ケアプラザ・地区センター) 3. 区役所ホームページ 4. 広報よこはま神奈川区版 5. その他(　　) )			
材料(　人分)			
※使用する食品、調味料はすべて記入してください。			
【記入例】・キャベツ40g もしくは 中8分の1 ・醤油 6g もしくは 小さじ1			
作り方			
※箇条書きで、簡潔に記入してください。			
1			
2			

料理にまつわるエピソード・おすすめポイントなど

★裏面応募要項については、必ずご確認ください。