

「我が家の野菜料理コンテストいちのみや」レシピ募集!

市では、肥満や生活習慣病予防に効果のある野菜を食べる習慣を広く普及するため、野菜を使った料理コンテストを実施します。一宮市民の1日当たりの野菜摂取量は 305.4g(2011年度国民健康・栄養調査)で、国が推奨する1日 350g以上には達していません。皆さんが毎食、少しでも多くの野菜を食べることができるよう、主菜・副菜を問わず、ご家庭で手軽にできる我が家の野菜料理をぜひご紹介ください。たくさんのご応募をお待ちしています。

募集内容

野菜を2種類以上使用し、そのうちの1種類以上は右記の**一宮市特産の野菜**を含むこと。

※ 料理のレシピは、4人分の材料と作り方を記載。

※ 料理の材料費は、4人分で1,000円程度。

※ 野菜の量は、4人分で300g以上含むこと。

※ きのこと・藻類・いもは、野菜重量に含めません。

※ 切干大根は、水に戻す前の状態の重量を5倍したものを実際の重量として計算します。

※ 調理時間は1時間以内。(下ごしらえ、盛り付けの時間を含む)

一宮市特産の野菜

- ・なす
- ・人参
- ・ねぎ
- ・たまねぎ
- ・切干大根

応募資格

一宮市在住・在勤・在学の個人またはグループで、料理を職業としていない方。

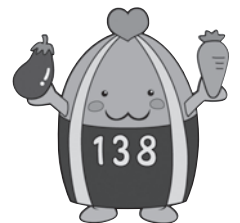
応募方法

所定の応募用紙に必要事項を記入し、できあがりの料理のカラー写真を1枚添えて提出。

※ 1人(1組)1作品の応募に限ります。

※ 応募いただいた書類、写真は返却しません。

※ 応募用紙は中・西・北の各保健センターに置いてあるほか、市ウェブサイトからダウンロードできます。



提出先

直接持参の場合…………… 中・西・北保健センターのいずれかへ

郵送の場合…………… 中保健センター(〒491-0076 一宮市貴船町3丁目2番地)へ

電子メールの場合…………… kenko@city.ichinomiya.lg.jp (容量3MBまで)へ

募集期間

9月1日(火)～9月30日(水)

審査

<審査基準>①野菜の使い方、②料理のネーミング、③料理のしやすさ、④盛りつけ方、⑤味付け方、の5項目

<1次審査>書類審査

書類選考で5点を選び入賞とします。

<2次審査>調理試食審査

一宮市健康づくり食生活改善協議会(食育推進ボランティア団体)が調理と試食審査を実施し、入賞作品5点の順位を決定します。

表彰

最優秀賞 1点 (賞状、図書カード3,000円、副賞)

優秀賞 2点 (賞状、図書カード2,000円、副賞)

入賞 2点 (賞状、図書カード1,000円、副賞)

その他

・入賞作品は、レシピ集を作成し広報号外「健康ひろば」や市ウェブサイトに掲載するとともに、市の事業や健康づくり食生活改善協議会の活動を通じて、広く皆さんに紹介していきます。

・応募作品のネーミングを含めた著作権・使用権は、市に帰属しますのでご承知ください。

・入賞後、報道機関などの取材にご協力いただくことがあります。

・1次審査の結果は、11月中旬頃に入賞者に通知するとともに、市ウェブサイトで発表します。選外の方へのお知らせはありませんのでご了承ください。2次審査の結果は、1月下旬頃に各入賞者にご連絡するとともに、市ウェブサイトで発表します。

問い合わせ

中保健センター ☎72-1121