



けんこうしょく  
指宿の食材で“健幸食”を作ろう！

一般用

いぶ 食べる  
指TABLEレシピコンテスト応募用紙

※個人申込の方	住所	〒 ー		
	ふりがな			
	氏名			
※団体申込の方	代表者住所	〒 ー		参加人数 (本人含む)  名
	ふりがな			
	代表者氏名			
	ふりがな			
	団体名			
※個人・団体申込の方	電話	※日中つながりやすい番号を記入してください。		
	E-mail			
	職業	性別:	年齢:	歳
	部門 <small>※応募部門に☑</small>	<input type="checkbox"/> ①オクラ部門 <input type="checkbox"/> ②かつお部門 <small>※両方使用する場合は主となる食材の部門を選んで下さい。</small>		

※団体申込の場合は、代表者の職業・性別・年齢を記入してください。



応募レシピ写真

ここに写真を貼付してください。



※写真の下をこの線↓に合わせて貼ってください。

応募レシピ記入欄

料理名

材料(2人前)

分量(g)

作り方

このレシピ  
に関するエ  
ピソードや  
アピール  
ポイント

※健幸食としてこだわった点や工夫したところなど記入してください。

※団体・グループでの応募の方のみ代表者の住所・氏名を記入してください。