

指宿の食材で“**健幸食**”を作ろう!

いぶ^{食べる}指TABLEレシピコンテスト

募集期間 平成29年7月3日(月)～平成29年8月21日(月)必着

指宿市には、全国一の生産量のオクラやそらまめ等の農産物をはじめ、^{かつおぶし}鰹節といった加工食品など、豊富な食材がたくさんあります。

そこで、指宿の食材（オクラやかつお）を使った健康料理、ヘルシースイーツ等の「健康・ヘルシーレシピ」を募集します。

親子はもちろん、おじいちゃん、おばあちゃん、兄弟姉妹、お友達同士で参加し、楽しいオリジナルレシピを紹介してください。市民のみなさんが、食事で「**健幸**（健康で幸せ）」になるような楽しいレシピをお待ちしています。

今回応募のあった「指 TABLE レシピ」の入賞作品については、レシピ集を作成し市民への普及を図ります。また、入賞作品は学校給食でも献立にアレンジして採用する予定です。

けんこうしょく
「**健幸食**」
とは…
健康で**幸**せに
なる食事

いぶ^{食べる}「指 TABLE」とは…

指宿と野菜
(vegetable ベジタブル)と
食卓(table テーブル)を
合体させた言葉で、「**指宿の
野菜を家庭の食卓で食べる**」
という意味が込められて
います。

賞品

小・中学生用

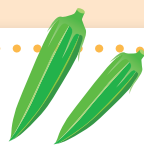
👑 グランプリ 👑

図書カード 10,000 円分 (1点)

👑 準グランプリ…………… 図書カード 5,000 円分 (1点)

👑 いぶすき農業協同組合賞 … 特産品詰め合わせ (1点)

👑 山川水産加工業協同組合賞…特産品詰め合わせ (1点)



夏休みの自由研究は
これで決まり!

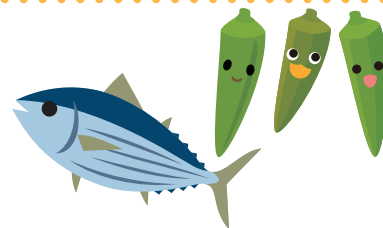


応募資格・条件

◎指宿市内の小・中学生なら、誰でも応募できます。

小・中学生を含む必ず2人または3人で応募してください。

1. 「**健幸**（健康で幸せ）」をテーマに、楽しい料理にすること。
レシピは、ごはん、おかず、スイーツ、お弁当など、どんなものでも構いません。
「**健幸食**」としてこだわった点や食を通じた幸せエピソードなども書いてください。
2. 「オクラ」または「かつお」どちらか1品を必ず使用すること。(加工品でも可)
3. 材料は2人分1,080円(税込)以内で作れるものとする。
4. 下準備、調理、盛り付けまで含めて1時間以内で手軽に調理できること。
5. 和食・洋食・中華等のジャンルは問わない。
6. オリジナル作品で未発表のレシピに限る。



《加工品の例》

オクラ…オクラパウダー
など
かつお…腹皮、鰹節、
なまぶしなど

応募方法

応募用紙に必要事項を書いて、完成したレシピの写真（1枚）を貼付して学校に提出してください。写真はL版とし、料理がはっきりわかるように撮影してください。（写真は返却できません。）

※応募に係る費用は応募者の負担とします。

※応募用紙は各小・中学校、指宿保健センター、市役所、各支所の窓口に設置してあります。

また、指宿市のホームページからもダウンロードできます。

提出先

提出締切日：平成29年8月21日(月)必着

提出締切日までに、学校に提出してください。

※応募されたレシピの権利は、レシピ集作成のために市に譲渡されますのであらかじめご了承ください。

審査方法

〈一次審査〉一般応募を含めた書類審査（9月9日(土)）

〈二次審査〉試作・試食審査（10月8日(日)）

場所：鹿児島女子短期大学



■一次審査通過者のみ、応募者が調理し、審査員による試食審査を行います。

■調理は2人前で作り、1人前は盛り付け状態までを採点基準に含めます。

■食材、調味料等については、応募レシピに従って2人分の材料の持ち込みをお願いします。

■食器、調理器具など基本的なものは事務局で準備しますが、事務局で準備できない器具や盛り付け用の食器が必要な場合については持参をお願いする場合があります。詳細については、お問い合わせください。

■二次審査会場は、鹿児島女子短期大学を予定しています。会場へは市役所集合後、マイクロバス等で送迎する予定です。直接会場に行かれる方については、交通費は自己負担とします。なお、駐車場はございませんので近くのコインパーキング等をご利用ください。

※当日は、応募者以外は会場内に入れませんのでご了承ください。

※応募者が児童・生徒のみの場合は、代表者の保護者が必ず同行してください。

※応募書類から大幅なレシピの変更が見られた場合は、一次審査の通過を無効とする場合があります。

※当日はエプロン、三角巾等を必ず着用してください。

結果発表

ご応募いただいたレシピの中から市が審査を行い、応募者に対し、一次審査の結果は郵送でご連絡します。二次審査については、審査当日に結果を発表します。

グランプリ1点、準グランプリ1点、いぶすき農業協同組合・山川水産加工業協同組合賞各1点を決定します。

グランプリ、準グランプリ作品は、12月に開催する「いぶすき産業まつり」で試食会を行います。その際に調理をお願いすることがありますので、あらかじめご了承ください。

○主催：指宿市 ○共催：鹿児島女子短期大学 ○後援：指宿市教育委員会 ○協賛：いぶすき農業協同組合・山川水産加工業協同組合

問い合わせ先
(レシピコンテスト事務局)

〒891-0497 指宿市十町2424番地
指宿市役所 健幸のまちづくり推進室
TEL：0993-22-2111（内線289） E-mail：kenko-machi@city.ibusuki.jp