市記入欄(　　—　　)

いみず朝ごはんレシピコンテスト　応募用紙

チラシまたはホームページに記載してある「応募資格」を満たし、「注意事項」に同意いただける方のみご応募ください。

フリガナ		年齢	歳
応募者氏名			
ペンネーム (希望の方のみ)		◂◂入賞した場合、氏名を各種広報に掲載いたします。 ペンネームでの掲載を希望される方のみ左欄にご記入ください。 本名で掲載して良い場合は、記入不要です。	
電話番号		メールアドレス	
		射水市からのメールが受信できるようドメイン指定をご確認ください	
住所	〒		

当てはまるものに☑をつけてください　(※学生の場合は学校名・学年もご記入ください)

□市内在住　　□在勤　　□在学(学校名:　　・　　年)

部門 (どちらかに☑をつけてください)	□かんたん時短	□栄養まんてん	
レシピ名			
何人分	人分	調理時間	分
レシピのアピールポイント :選んだ部門(かんたん時短 または 栄養まんてん)に沿って、アピールポイントを具体的に記入してください。			

市記入欄(　　—　　)

レシピ		作り方(箇条書きで簡潔に記入してください)
材料名 (使用する食品、調味料等を全てご記入ください)	分量(g) (例:10g、小さじ1)	

【問合せ先・応募先】〒939-0241　射水市中村 38 番地 射水市健康推進課(保健センター内)
TEL:0766-52-7070　MAIL:asagohan@city.imizu.lg.jp
郵送、持参または電子メールでご応募ください
※写真(1枚)を必ず同封または添付してください【8月31日(月)必着】