

令和8年

つく  
作ろうよ!

おうぼ  
応募  
締め切り  
締切

ひつちやく  
9/1(火)必着

きみ  
君のとおきサラダ

かのうせい むげんだい  
サラダの可能性は無限大

やさい しゅやく つく  
野菜が主役のとおきサラダを作ろう!

なま いた に あじつ も つ かた ぜんぶ じゆう  
生でも、炒めても、煮てもOK!味付け、盛り付け方も全部自由。  
やさい たの た だい ばしゆう  
野菜をおいしく、楽しく食べられるレシピを大募集!



応募資格

おなかつ し ざいじゆう しょうがく ちゅうがく ねんせい  
宗像市在住の小学3~中学3年生

コンテスト

おうぼしゅ なか えら にん じっさい  
応募者の中から選ばれた5人には、実際に

サラダを作ってもらいます。

日時 9月26日(土) 10:00~12:30

会場 メイトム宗像・調理室

(宗像市久原180)

※コンテスト出場者にはのみ、9月11日(金)

までにメールにて連絡します。

応募方法

つぎ ほうほう おうぼ  
次の①②いずれかの方法でご応募ください。

①応募フォームから投稿

②応募用紙を郵送または窓口提出

(チラシの裏面または市ホームページからダウンロード)

※何点でも応募可

(ただし、入賞は1人1作品のみとします。)

※応募用紙や写真は返却しません。



賞

グランプリ

準グランプリ

特別賞

※入賞者にはすてきな副賞をプレゼント!

コンテストの詳細はこちら



キューピーはサラダで  
食と健康に貢献します

詳しくはこちら



応募・問い合わせ先

〒811-3492 宗像市東郷一丁目1-1 宗像市健康課 ☎ 0940-36-1187

宗像市はキューピー株式会社と連携し、子どもの頃から楽しく、おいしく、自然と野菜を食べる習慣を育むための取り組みを行っています。

# My Recipe



かんせい しゃしん は  
完成写真をここに貼ってください。

とっておきポイント



タイトル



ざいりょう ぶんりょう  
材料・分量



つく かた  
作り方



だれ つく ぶんりょう つく かた くわ きにゆう  
\*誰でも作れるように、分量や作り方はなるべく詳しく記入してください。

## おうぼしゃ じょうほう 応募者情報

ふりがな  
氏名

がくねん ねんれい  
学年・年齢

じゅうしょ  
住所 〒

でんわ ほんごしゃ  
電話 (保護者) ☎

ほんごしゃ  
メールアドレス (保護者)

\*応募されたレシピの著作権と写真の使用権は、宗像市に帰属します。  
\*入賞レシピについて、写真・応募者の氏名を市及びキュービー株式会社のホームページやSNS、各種啓発媒体に掲載します。  
\*応募で提供された個人情報については、受賞時の連絡など、本コンテスト業務以外には使用しません。