

“ベジプラ！楽うまレシピ”コンテスト

応募用紙

- 参加資格は函館市にお住まいの方です。
- 参加者が18歳未満の場合は、保護者または18歳以上の方が応募してください。
- 「はこだて市民健幸大学」公式ホームページ（はこだて健康ナビ）に掲載している応募資格・応募内容・審査基準・注意事項を必ずご確認ください。

注意事項に同意の上、ベジプラ！楽うまレシピコンテストに応募します。

ふりがな		年齢	歳
氏名			
住所	〒 函館市		
メールアドレス		電話番号	
ニックネーム (任意)	●ホームページで氏名を公開したくない場合のみ、記入してください。		
グループ名	●個人の場合は、記入不要です。		
料理名			
材料（2人分）	分量（g）	作り方	
レシピについての エピソードやアピ ールポイント 100字以内			
写真	1人分の料理の写真を同封してください。※写真は横長ものをご用意ください。		

アンケート	<p>本コンテストに応募した理由は何ですか？（複数可）</p> <input type="checkbox"/> 楽しそうだから <input type="checkbox"/> 健康づくりに関心があったから <input type="checkbox"/> 家族、友達、知人に誘われたから <input type="checkbox"/> 賞金が欲しいから <input type="checkbox"/> H a k o b i t ポイントが欲しいから <input type="checkbox"/> グループでレシピ作成をしたかったから <input type="checkbox"/> 注目されたいから <input type="checkbox"/> その他（ ）	
	<p>本コンテストはどのように知りましたか？（複数可）</p> <input type="checkbox"/> チラシ <input type="checkbox"/> H a k o b i t お知らせ配信 <input type="checkbox"/> 「はこだて市民健幸大学」公式ホームページ（はこだて健康ナビ） <input type="checkbox"/> 「はこだて市民健幸大学」SNS（Facebook, Twitter など） <input type="checkbox"/> 函館市公式 L I N E <input type="checkbox"/> 函館市公式 X <input type="checkbox"/> 新聞 <input type="checkbox"/> 市政はこだて <input type="checkbox"/> 家族、友達、知人から聞いた <input type="checkbox"/> その他（ ）	
	<p>本コンテストに参加してどうでしたか？（複数可）</p> <input type="checkbox"/> 楽しかった <input type="checkbox"/> またこのような企画を開催して欲しいと思う <input type="checkbox"/> 健康づくりのきっかけになった <input type="checkbox"/> 普段から健康を意識した食事を心がけよう（心がけを続けよう）と思う <input type="checkbox"/> その他（ ）	
	<p>健康づくりで取り組んでいることを教えてください（複数可）</p> <input type="checkbox"/> 定期的ががん検診や健康診査を受けている <input type="checkbox"/> 定期的に歯科健診を受けている <input type="checkbox"/> たばこは吸わない（やめた） <input type="checkbox"/> 運動習慣がある <input type="checkbox"/> 食塩（塩分）摂取を抑えるようにしている <input type="checkbox"/> 朝食を食べるようにしている <input type="checkbox"/> 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をとるようにしている <input type="checkbox"/> 野菜を毎食食べるようにしている <input type="checkbox"/> その他（ ）	

H a k o b i t ポイント付与を希望する場合は、 I D（10桁）とニックネームを記入してください。（グループの場合、4名までポイント付与可能です。）

1人目	ID											
	ニックネーム											
2人目	ID											
	ニックネーム											
3人目	ID											
	ニックネーム											
4人目	ID											
	ニックネーム											