



クッキングチャレンジ！in冬休み

～オリジナルおにぎり・パン 作ってみよう！～

【ねらい】・朝ごはんを自分で準備して食べる
・作ったものを家族と一緒に食べる
【応募できる人】富谷市に住んでいる小学生
【募集期間】12月24日(火)～1月14日(火)

アイデア自由！
おうちの人と一緒に
考えてみよう！

【問い合わせ・送付先】
富谷市 健康推進課
〒981-3392
富谷市富谷坂松田30
☎022-358-0512

賞をつけて
市公式SNS(HP)で
紹介するよ♪



【応募方法】

1 おにぎりか
パンを作る



2 応募用紙に
必要事項を記入



3 応募用紙を
提出



4 プレゼント！
(2月頃)



・材料は3つまで！
※ごはん・パン・調味料以外
※材料3つの決め方(どちらか)
・完全自由
・3つの食べ物のグループ
(うら面参考)から選ぶ

・作ったものの写真を
撮って貼る(絵でもOK)
・うら面の記入例を参考に

提出方法
・健康推進課窓口
(開庁時間のみ)
・健康推進課へ郵送
(郵送料は応募者負担)

◆応募者全員
『フルベリッ娘ちゃん
オリジナルグッズ』

◆さらに
3つの食べ物の
グループをそろえて作った人
『かんたん朝ごはん
じゅんびセット』

応募用紙

写真を貼るまたは絵を描く

★オリジナルおにぎり・パンのなまえ

【

★材料

① どちらかに○ → ごはん・パン

② 材料3つ ※ごはん・パン・調味料以外3つ

() ()
() (調味料：)

★工夫したところ・作った感想

★おうちの人から(一緒に食べた感想など)

使っている食べ物の
グループは何色かな？
色をぬってみよう！



きいろ あか みどり

※応募した人は、市公式SNS(HP)に、点線枠内と氏名(またはイニシャル)、学年を掲載することに同意したとみなします

氏 名	どちらかに○をしてください→ 本名での掲載可・イニシャルでの掲載可	
生年月日・学年	学年： 年	
住所・電話番号	〒	TEL:

※プレゼント送付先になりますので必ずご記入ください



○ 3つの食べ物のグループ

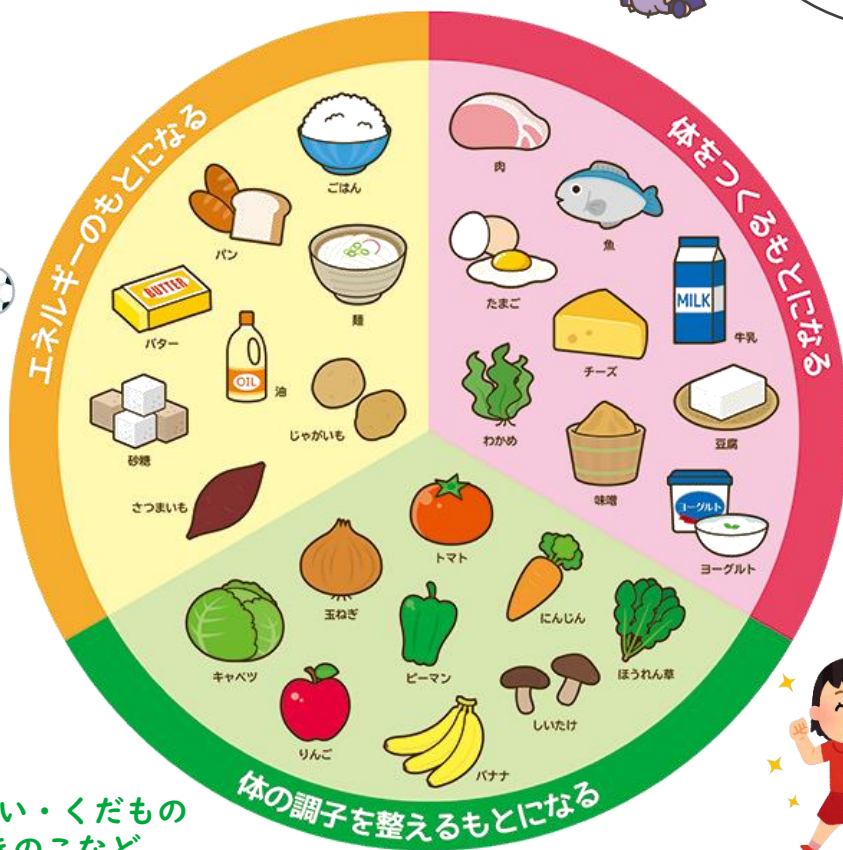
※食べ物の色＝グループの色ではありません



まるの中にある食べ物でもOK♪



ごはん・パン
めん・いも
など



にく・さかな
たまご・だいず
など



3つの食べ物のグループがそろった朝ごはんを食べると、
バランス良く栄養が取れて、1日元気に過ごすことができます♪

○ 記入例 (昨年度応募作品)

こだわって
るで賞



★おにぎりのなまえ
【めいごっくにぎり】

★おにぎりの材料
(仙台せり) (しゅけ)
(いりごま)

★工夫したところ・作った感想
仙台せりなどの匂いのやさしい
を使いたほうがポイントです!!

★おうちの人の感想
朝から栄養がたっぷり取れて良いです!
匂いの物がおいにぎりを食べるのがうれしいです!!

みんなの
アイディア
おしえてね!

イラストでも
OK♪

おにぎりの写真を貼るまたは絵を描く



★おにぎりのなまえ
【おにぎり】

★おにぎりの材料
(たまご) (グリーゼ)
(ケチャップ)

★工夫したところ・作った感想
色がきれいなように工夫しました。
きれいなものが好きでした。

★おうちの人の感想
かわいい、おいしかったです。

ナイス!
アイデア賞