

メニューコンクール 応募用紙

テーマ

赤・黄・緑をそろえて一皿で完結！
お手軽バランスメニュー

ボールペンまたはHB以上の鉛筆で、オモテ、ウラの両面を記入してください。

中学校	年 組 氏名
-----	--------------

料理の名前	調理時間 分
-------	---------------

料理で使った「<u>三色食品群の食品</u>」を書いてください。 赤の食品： 黄の食品： 緑の食品：	料理の写真
料理のアピールポイント	

材料（4人分）	作り方
---------	-----

お預かりする個人情報は、応募受付後の連絡及び記念品の発送のみに使用します。

フリガナ 氏名	フリガナ 保護者の方の氏名
住所 〒	保護者の方の電話番号

記念品(イメージ)



友好都市・伊那市のうまいものセット

レシピカード(昨年度例)



健康づくりキャラクター「しんじゅく健康フレンズ」について

こんにちは！
しんじゅく健康
フレンズです

栄養 な な 菜々

やんちゃで好奇心いっぱい。
グルメで食いしん坊！
食べ過ぎてしまうことも。



運動 ケンゾウ

新宿をこよなく愛し、真っすぐな心を持つ。
毎日運動をしないと気が済まない、あつい性格。
なぜか健康増進法に詳しい。

3人の使命は、
区民の健康寿命を
のばすこと！
そのために、
“からだにいいこと”を
楽しく区民の方に
届けます

休養 こころ

おっとりしていて、癒し系。
気が弱い一面も。

しんじゅく健康フレンズとは、健康づくりの基本である「運動」「栄養」「休養」をテーマにした、新宿区の健康づくり推進キャラクターです。区では、この「しんじゅく健康フレンズ」と一緒に、健康づくり事業を展開しています。