



募集中！！



くしろ「家（うち）のパパご飯」

レシピコンテスト

パパが楽しみながら家事をするきっかけづくりのために、料理初心者でも作ってみたいくなる、簡単で手早くできる料理「家（うち）のパパご飯」を募集します。みなさんの自慢の簡単パパご飯をぜひ教えてください！

応募作品は、市ホームページ、広報くしろなどで広く市民の皆さんにご紹介します。

【募集内容】料理初心者でも手早く作れる簡単パパご飯で

地元釧路産の食材（農畜産物・水産物）を1品以上使用しているもの

♪釧路産の食材の例は裏面下にあります♪

（調理時間は20分以内）

【応募資格】釧路市在住の子育て世代のパパ

【応募期間】令和2年10月11日（日）まで

【応募方法】メール、郵送または持参にて受け付けています。メール文または応募用紙に記載事項を記入し、下記応募先までご応募ください。メール文については裏面の記載例を参考にし、添付写真もあわせて4メガバイト以内でお送りください。

※市ホームページからダウンロードした応募用紙のメール送信も受け付けています。

【記載事項】氏名（ふりがな）、住所、電話番号、連絡用メールアドレス、料理名、材料と分量、作り方、パパからのアピールポイント、家族の感想、料理の完成写真（1枚）



～審査員～

健康キッチンループ

店長 佐藤あゆ美氏

Restaurant&Community

[Iomante] (イオマンテ)

オーナーシェフ 舟崎一馬氏

書類選考により入賞作5点を選考し「地場産品（水産加工品他）詰め合わせ」を贈呈します。また、応募していただいた方全員に参加賞をお送りいたします。

11月1日(日)には、審査員が入賞作のうち1点のレシピを試作し、入賞者の方に試食していただく試食会を開催します！

☆審査ポイント☆

- ・誰でも簡単に20分以内で作れること
- ・子どもが喜ぶ料理であること
- ・パパの愛情がこもっていること



【問合せ・応募先】

〒085-8505 釧路市黒金町7丁目5番地

釧路市役所 総合政策部 市民協働推進課

☎ 0154-31-4504 Mail : shi-shiminkyoudou@city.kushiro.lg.jp



協賛：釧路市水産業対策協議会・地産地消くしろネットワーク

本事業は内閣府「おとう飯（はん）始めよう」キャンペーンの一環として実施しています