

# まるごと

竜王町まるごと「スキヤキ」プロジェクト  
×  
りゅうおう健康ベジ7チャレンジ

竜王町の  
美味しい魅力が  
ぎゅっと詰まったレシピ  
募集

今回は「りゅうおう健康ベジ7チャレンジ」ともコラボ！  
竜王町の旬のおいしさの発信と健康づくりに、  
あなたのアイデアをお待ちしています！

## 募集部門・募集内容

### ① 竜王町の魅力ぎゅっと 部門

指定食材の中から1つ以上を使った竜王町の魅力が  
ぎゅっと詰まったレシピ

#### 指定食材

黒豆、青ねぎ、里いも、白ねぎ、いんげん、  
ほうれん草、キャベツ、枝豆、かぶ、ブロッコリー、  
オクラ、冬瓜、かぼちゃ

※指定食材以外にはどんな食材を何種類使ってもOK

(例) 和風ロールキャベツ・里芋ミルクシチュー・黒豆蒸しパン

### ② ベジ7チャレンジ 部門

①の募集内容に加え、1食120gの野菜を使い、  
塩分を控えめにしたレシピ

※1日の塩分摂取は7g未満を推奨しています

両部門の募集内容に沿う場合は  
1つのレシピで両部門への応募もできます

## 応募資格

どなたでも

時短で  
簡単レシピ  
大歓迎!!

「わが家の  
定番おかず」  
大歓迎!!

## 締め切り

11月9日 金  
必着

## 賞と審査のポイント

### ■ 竜王町の魅力ぎゅっと賞 優秀賞 数点

- ・ 竜王町産の魅力が伝わるか
- ・ 飲食店などでメニュー化しやすいか など

### ■ ベジ7チャレンジ賞 優秀賞 1点

- ・ 1食120gの身近な野菜を使っているか
- ・ 塩分は控えめか
- ・ 家庭で手軽に作れるか など

1次審査は書類審査、2次審査は役場などでの  
レシピ掲示による一般投票と試食審査により選考します。

## 参加賞・賞品

### 参加賞

応募者全員

抽選100名

スキヤキ  
プロジェクト  
オリジナルボールペン

町内2つの道の駅  
で利用できる買い物券  
300円分

¥300

### 優秀賞

近江牛など5000円分  
の竜王町の特産品

## 結果発表

入賞者には12月初旬  
までにご連絡します

## 応募方法

裏面をご覧ください

## 応募方法

次の①～⑧を記入のうえ、料理の写真を添付し、郵送・メール・応募箱への投函のいずれかでご応募ください。

応募箱設置場所 ⇒ 役場商工観光課および健康推進課  
アグリパーク竜王・竜王かがみの里

- ① 氏名とふりがな・ニックネーム
- ② 郵便番号・住所
- ③ 電話番号
- ④ 年齢（何歳代か）
- ⑤ 料理名
- ⑥ 応募部門
- ⑦ 何人分かを明記し、材料・分量・作り方
- ⑧ 工夫した点や家族の評判などアピールポイント

※メールで応募いただいた場合は受け取りをメールでお知らせします。  
数日たっても届かない場合は電話でご連絡ください。

応募用紙は  
町のホームページから  
ダウンロードすることも  
できます



応募されたレシピについては、  
以下の点について  
了承したものとみなします

応募作品は返却いたしません／応募作品は未発表のものに限ります／応募作品の著作権は、二次使用も含め竜王町に帰属するものとします／応募のあったレシピ等はスキヤキプロジェクトおよびりゅうおう健康ベジ7チャレンジの推進のために使用します（町 HP や広報紙への掲載、イベント等での振る舞い、飲食店でのメニュー化・印刷物としての配布等）／第三者の著作権、商標権等の知的財産を侵害するおそれのあるものについては応募できません／第三者と権利侵害等のトラブルが発生した場合は、当方では責任を負いかねま

## 昨年の入賞者のレシピ



役場などで  
配布中！



## 昨年の入賞者レシピ動画



## 竜王町まるごと「スキヤキ」プロジェクトとは…

まちの農産物をはじめとする特産品や古きよき歴史、豊かな文化、美しい自然などの地域資源を、まちの魅力として、町内の生産者・企業・関係組織・行政が連携して発信するプロジェクトです。

竜王町  
スキヤキプロジェクト  
ホームページ



## りゅうおう健康ベジ7(セブン)チャレンジとは…

- ★野菜 350 g 摂取の推進
- ★塩分 7 g 未満の推奨
- ★健康への7つの取り組み

健診受診の促進 栄養・食生活  
運動・身体活動 歯と口腔の健康  
たばこ アルコール こころの健康づくり

これらの取り組みの総称で、「ベジ＝野菜」「7＝塩分7g未満」、「7つの取り組み」にかけて、全ての町民が健やかで明るく笑顔で過ごせるよう、町全体で行うものです。

ベジ7チャレンジ  
については  
こちらから



竜王スキヤキ  
プロジェクト

【応募先・問い合わせ】

竜王町まるごと「スキヤキ」プロジェクト推進協議会事務局(竜王町商工観光課)

〒520-2592 竜王町小口3番地

TEL 58-3718 FAX 58-3730 〓 shokan@town.ryuoh.shiga.jp