



くらしき作陽大学 ×



ワクワクする農業と地域の未来を

JA晴れの国岡山

さくよう 健康なごはん コンテスト2026

ハイレジダイエットで腸活!

応募締め切り

11/30
2026 mon.



詳細はこちらから!

健康アピールポイントもお願いします!

お米を使って誰でも簡単においしく健康で
気軽に作れるレシピを紹介してください。

■主催:くらしき作陽大学 食文化学部 ■共催:JA晴れの国岡山 ■後援:倉敷市教育委員会・総社市教育委員会

■お問い合わせ 086-523-0822(くらしき作陽大学)

優秀作品(レシピ)には、
地産地消グッズプレゼント!



さくよう健康なごはんコンテスト2026

ハイレジダイエットで腸活!

このパンフレットを使っても応募できます(コピー可)

健康を意識したごはんのレシピをアピールポイントと併せて紹介してください。

入選作品を大学生と一緒にくらしき作陽大学で作りましょう。

(入選作品は後日、応募者と大学生と一緒に調理します。来学できない場合は、本学の学生がレシピに沿って作成します。)

くらしき作陽大学ホームページから詳しい応募内容や注意事項を必ずご確認ください。

試作会の日程については、決定次第、入選者の方へ個別に連絡いたします。

※応募は1名、または複数名(3名)まで可能です。

応募用紙

■代表者 (すべての項目にご記入ください。)

※注意事項はホームページでご確認ください。

郵便番号	〒	電話番号 E-mail	— @ —
ご住所	県 市		
フリガナ お名前	年齢 歳 職業・学校名等 ()	該当の区分に○をつけてください。 お名前の公表 可 ・ 否	
名称	(例) 岡山野菜の炊き込みご飯 (表写真)		

代表者以外の参加者がいる場合、合計人数をご記入ください。

合計参加人数 (名)

—— レシピを書いてください。(人分(個分) 調理時間 分) ——

健康アピールポイント

材料・分量(人数(個分))

作り方

写真を貼ってください

封筒にこの応募用紙を入れて以下の住所まで送ってください (切手はご負担ください)

送付先

〒710-0292 岡山県倉敷市玉島長尾3515 くらしき作陽大学 さくよう健康なごはんコンテスト応募係