

県産野菜健康レシピ実践研究コンテスト

琉球大学の研究プロジェクトである「チャンプルースタディ®」では、島野菜を中心とした県産緑黄色野菜を主体とした伝統的な沖縄型食事は健康を改善するという研究結果が示されています。このプロジェクトで開発された基本レシピをもとに、あなたのオリジナルレシピを開発してみませんか！ふるってご応募ください。

チャンプルースタディ®レシピの基本（1食あたり）

野菜 250g 程度 / 芋類 50g 程度 / 食塩相当量 2.0~3.0g 以下 / エネルギー 700kcal 以下



チャンプルースタディ®
基本メニューの一例

特典

先着 100 名様へ実践研究用野菜サンプルをプレゼント

※当選者には 4 回分の引換券をお送りします。

※11 月毎週日曜日に、JA おきなわファーマーズマーケットくがに市場（南風原町）、ゆんた市場（読谷村）、あたらす市場（宮古島市）へ野菜を受取にきていただける方が対象となります。

※野菜の種類は選ぶことができませんのでご了承ください。

※野菜サンプルプレゼント当選者は、レシピコンテストへの応募が条件となります。

サンプルプレゼント応募締切：
平成 27 年 11 月 6 日（金）
17:00 必着

入賞特典

●ステキな賞品をプレゼント！

- ★ 最優秀賞（1 名） 沖縄県内レストランで使えるお食事券（10,000 円相当）
- ★ 優秀賞（3 名） 沖縄県内レストランで使えるお食事券（5,000 円相当）
- ★ 特別賞（6 名） JA おきなわファーマーズマーケット共通商品券（2,000 円相当）

●おきなわ花と食のフェスティバルで表彰します！※平成 28 年 2 月 6・7 日開催

●あなたのレシピがレシピブックへ掲載されるチャンス！

●あなたのレシピをチャンプルースタディ®のサイトでご紹介！



参加賞

あなたのレシピに西大八重子先生からメッセージが届きます ※一部作品除く



西大八重子先生プロフィール

フィニッシングスクール西大学院学院長

島野菜の有用性とその活用法を説いて島野菜ブームの先鞭をつけ、県内外に島野菜をはじめ沖縄の個性的な食素材を活用した沖縄料理の紹介に力を尽くしている。「チャンプルースタディ®」の研究成果を取り入れたレシピ開発や料理講習会のレシピ監修なども行っている（西大学院ホームページ：<http://www.nishioo.jp/>）

募集期間 平成 27 年 10 月 19 日（月）～平成 27 年 12 月 10 日（木）

応募方法 チャンプルースタディ®オフィシャルサイトにある募集要項をご確認のうえ、「県産野菜健康レシピ実践研究コンテスト応募用紙」にてご応募ください

<http://www.chample-study.com>



お問合せ：チャンプルースタディ®ソーシャルマーケティング推進チーム（那覇沖繩 TLO 内）
TEL：098-895-1701 / FAX：098-993-7677 / e-mail：chample@okinawa-tlo.com

送付先

チャンプルスタディ®ソーシャルマーケティング推進チーム（株沖縄 TLO 内）

FAX : 098-993-7677 / E-mail : chample@okinawa-tlo.com

レシピ実践研究コンテスト

野菜サンプルプレゼント申込書（先着 100 名様）

平成 27 年 月 日

必要事項をご記入のうえ、FAX またはメールにてお申込みください。

①ふりがな	
②参加者氏名	
③住所	〒
④電話番号 （日中の連絡先）	
⑤FAX 番号	
⑥連絡先 （E-mail アドレス）	@
⑦野菜受取希望場所 （1ヶ所のみ選択）	<input type="checkbox"/> JA おきなわファーマーズマーケットくがに市場（南風原町津嘉山 889-1） <input type="checkbox"/> JA おきなわファーマーズマーケットゆんた市場（読谷村喜名 2346-11） <input type="checkbox"/> JA おきなわファーマーズマーケットあたらず市場（宮古島市平良西里 1442-1）
⑧応募に関する同意事項 右記事項をお読みになり 「同意する」にチェック をいれてください	<input type="checkbox"/> 途中リタイアすることなく必ずコンテストに参加します <input type="checkbox"/> 募集要項の規定に従いコンテストへ参加します <input type="checkbox"/> 同意する

※ メールでのお申込みの際は、上記①～⑦までの必要事項を明記してください。なお、⑧応募に関する同意事項については、同意事項をご確認いただき「⑧同意する」とご記入をお願いします。

※ 弊社より受付完了の連絡をメールまたは FAX にてお知らせいたします。2 日以上たっても返信がない場合には、お手数ですがお問合せください（株沖縄 TLO 098-895-1701）

※ 野菜サンプルプレゼントの有無に関わらずレシピコンテストへご応募いただけます。

※ 定員（先着 100 名様）に達した場合はホームページでお知らせし、受付を終了します。