



作って、撮って、送ろう！



# 自炊飯コンテスト



## 応募日時

2022年11月7日 (月) ~ 12月2日 (金)

## 応募方法

QRコードを読み取ってご応募ください。



## 対象

12月11日 (日) の第11回京都学生健康フォーラムにご参加いただける方

## 募集要項

- ①おすすめ自炊飯 (夕食1食分) の写真
- ②費用と時間
- ③食材別重量
- ④おすすめポイント (思いを100字以内で)

## 審査基準

- ・オリジナリティ
- ・栄養バランス
- ・見た目
- ・費用
- ・調理時間

## 各賞

当日、参加者で1位~3位を選びます！賞品はAmazonギフト券！  
1位 2000円 2位 1000円 3位 500円

その他に学生スタッフ賞、講演講師の藤田先生賞もあります。

お申し込みについてご不明な点がございましたら、下記問い合わせ先までご連絡ください。

問い合わせ先：立命館大学 BKC保健センター TEL：077-561-2635 Mail：kenko@st.ritsume.ac.jp