

第33回

ごみゼロキャンペーン

5R フェス
ティバル
2025

へ 生ごみ減量！
減るいい

レシピコンクール

最優秀賞 1名

商品券10,000円

優秀賞 2名

商品券5,000円

佳作 5名

商品券1,000円

捨ててしまいがちな茎や皮など、食材をまるごと使いきった
『生ごみ減量アイデアレシピ』大募集！

募集内容

次の条件等を踏まえた、生ごみや食品ロスを減らし、
省エネに配慮したエコレシピ

- 2種類の料理で1エコレシピとします。
(主菜と副菜で食材をなるべく使い切るレシピ)
- 応募レシピはオリジナルのものとします。

募集資格

- 郡山市内に住んでいる方、または通勤や通学をしている方。※グループや団体での申し込みもOKです。
- 1人3案まで。

募集方法

裏面の申込用紙に必要事項を記入の上、料理の写真を
同封し、下記お申し込み先まで郵送、持参またはメール
にて提出してください。

募集期間

7月1日から8月31日まで [8月31日(日)応募締め切り]
(福島民友新聞社郡山総支社必着)

審査方法・結果発表

審査員による書類審査にて各賞を決定します。審査結果
は、令和7年10月中旬 福島民友新聞紙上にて発表します。

■応募先・お問い合わせ

〒963-8013 郡山市神明町4-4 ふくしまFMビル2F
福島民友新聞社郡山総支社「生ごみ減量！減るいいレシピコンクール」係
電話：024-922-4511 メール：5r.fes@minyu.jp

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

12 つくる責任
つかう責任





応募レシピ の要件

- (1) レシピは、2種類の料理(A主菜・B副菜)を基本とし、
A+Bで1案(1レシピ)となります。
例)《A》主菜 《B》Aから出る皮などを使った副菜
- (2) 応募作品はオリジナルのものとします。万が一、第三者からの権利 侵害の主張などのトラブルが発生した場合、実行委員会では責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

審査基準

- (1) 食材をどれだけ使い切っているか
(2) エコに配慮した調理方法となっているか
(3) 料理が創意工夫されているか
(4) 色合いや盛り付けなどが食欲をそそるものであるか
(5) 誰もが家庭で取り組むことができるか上記の項目について、審査員が総合的に採点・評価を行います。

レシピの 紹介に ついて

応募のあったレシピについては、冊子(レシピ集)等により紹介させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

個人情報の 取扱い

いただいた個人情報は、「生ごみ減量!減るいいレシピコンクール」に係る事業用としてのみ使用させていただきます。

その他

- (1) 調理方法や食材の安全性に配慮したレシピの応募をお願いします。
(2) いただいた応募用紙は返却できませんので、ご了承ください。
(3) 実行委員会が広報活動等で応募作品を利用することについては、応募時点で応募者の許諾を得たものとします。

応募用紙

氏 名	フリガナ		
住 所	〒		
電話番号		職 業	
FAX		E-mail	

●料理の写真を貼り付けてください

※写真の裏面には、必ず氏名をご記入ください

1品目 料理名	2品目 料理名
材 料 (____ 人分)	材 料 (____ 人分)
作り方	作り方
材料費(____ 人分) 円	
●生ごみ減量効果や調理で工夫したところなどのアピール点をご記入ください	