

「みんなが食べてる朝ごはん教えて！」

市内在住・在学・在勤
若い世代対象！！
(18歳～39歳)

写真大募集！

あなたの朝ごはん、見せてください！

松戸市では、若い世代の朝ごはん
習慣を応援する

「簡単健康食習慣プロジェクト」
をスタート！
簡単、早い、安い朝ごはんをSNS
でシェアしませんか？

応募方法

1. 朝ごはんの写真を撮影
2. ハッシュタグ
#みんなの朝ごはんまつど
#衝撃の朝ごはんまつど
or
#朝の彩りレシピまつど
をつけて投稿！
3. 投稿文にメニュー名や
おすすめポイントなどを記入！
4. 松戸市食育シンボルキャラクター
「ぱくちゃん」の公式アカウントX (@Matsudo_shoku)、
Instagram (@matsudo_shoku) をメンションして投稿！

詳細は以下QRからアクセスしてみてください！



市ホームページ



X (旧Twitter)



Instagram



オンライン申請システム

応募部門

衝撃の朝ごはん部門

栄養バランスは後回し！
料理が苦手、
時間がない、
お金をかけたくない
方々も作ってみたく
なる朝ごはんの写真
を募集！



朝の彩りレシピ部門

栄養バランスを気にかけている
方向けの部門です。
簡単に毎日食べら
れるバランスの
良いレシピは
松戸市公式
クックパッド
「まつどのキッチン」
に掲載します！



募集期間

8月1日～31日まで

