



エコちゃんサンちゃんからの手紙



令和4年10月号



美味しいフードロス対策講座

ほとんどゴミを出さない

買い物から片付けまで！自分でできる身近なエコ

講座内容】

本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことをフードロス(食品ロス)といいます。

日本の食品ロスの半分は家庭から発生しています。

本講座では、食材の選び方、食材を無駄にしない調理方法そしてエコな後片付けの方法などの講演及び調理方法の実演後、試食を行います。

自分でできる身近なエコを学びませんか。

- と き 10月26日(水) 11:00~13:00
- 会 場 かんきょう庵
- 定 員 10人(最少3人)
- 材料費 500円
- 持ち物 マイ皿、マイ箸、マイカップ
- 締め切り 10月12日(水)

講師

食育インストラクター

エコ・クッキングインストラクター

野菜ソムリエ

神保のぶえ 氏



お問い合わせは電話または、かんきょう庵事務所までご連絡ください。



食品ロスについて知っていますか？

「10月は食品ロス削減推進月間」「10月30日は食品ロス削減の日」です

日本では食べられるのに捨てられてしまう食品が年間600万トン以上発生し、そのうち約300万トンは家庭から発生しています。日本人一人当たりで計算すると、年間約47kg、毎日お茶碗約1杯分の食べ物を捨てている計算になります。「もったいない」を意識し、買い物や食事の際にできることがたくさんあります！

★「賞味期限」と「消費期限」の違いを正しく理解しましょう

- ・賞味期限は美味しく食べられる期限、消費期限は安全に食べられる期限です

★お料理するときは、食材を最後まで使い切るように心がけましょう

- ・残っている食材から使って、食べきれぬ量だけ調理しましょう
 - ・野菜や果物の皮は厚くむきすぎず、食材によっては、茎や皮なども上手に調理し無駄なく使いましょう
- もし、食べきれなかったら他の料理にリメイクするなど、献立や調理方法を工夫しましょう

料理レシピサイト「クックパッド」内の「消費者庁のキッチン(公式ページ)」



【お知らせ】

10月3日（月）～7日（金）の間、いろりの間畳表替えのため使用できません。

ホール、会議室兼学習室、体験工房は通常通り使用できます。
ご迷惑をおかけいたしますがよろしくお願いいたします。



イベント・講座カレンダー

18日（火）

大人の社会科見学と地球温暖化学習会

26日（水）

美味しいフードロス対策講座

発行・問合せ先 三条市環境啓発施設「かんきょう庵」三条市福島新田乙367 開館時間：9時～17時
TEL & FAX 0256-45-7040 e-mail: kankyo-an@city.sanjo.niigata.jp

〈この情報紙が不要になりましたら古紙回収日にお出してください〉

かんきょう庵の地図（QRコード）→

