

おじゃまします



= 食品ロスを減らすための おうちクッキング =

キャンドルナイトの会

1月30日(火) 食品ロスを減らすための料理教室に参加してきました。主催のキャンドルナイトの会は2008年から、毎年6月に緑道で環境イベント「キャンドルナイト in さかえまち」を行っています。3年前から生活に密着した食から環境を考える活動を新たに始めました。

昨年10月に開催された住民活動ふれあいまつりで行った食品ロスのアンケートの中から缶詰や乾物が残ってしまうという問題点がでてきました。そこで今回の料理教室は、家に残りがちな缶詰を使った簡単料理を作ることになった経緯の説明がありました。

講師は栄町健康介護課管理栄養士 小川由希子さん。メニューはさんま缶のひつまぶし風ごはん、ひらひら大根鍋、もやしのナムル、簡単大学芋です。手際も良く1時間で出来上がり。さば缶のドライカレーやツナ缶の人参ふりかけ、ピクルスなど常備菜の試食もありました。今回の料理教室の成果はいろいろな料理を作った割には大根や人参の皮も使ったため、終わった後のゴミがびっくりするくらい少なかったことです。



参加者のアンケートから「缶詰は普段あまり使わないけど、いろいろな料理方法があるのが良かった」「缶詰は簡単で時短にもなるし、栄養価も高いのでもっと暮らしのなかに取り入れたい」「干し野菜の利用方法が役に立った」などの声も聞かれました。毎日1人茶碗1杯分のごはんが捨てられている話(鈴木さん)やパナマ共和国での世界レベルで食べ物が足りない話(小川さん)を聞き、日々の生活の大切さを感じました。

代表の鈴木さんは今後も買い過ぎない買い物の仕方や作り過ぎない方法などを伝えていき、食品ロスを減らす活動を進めていきたいと話してくれました。一緒に活動してくださる方を募集中です。

キャンドルナイトの会についてのお問い合わせは 鈴木さんまで 090-4241-8769



お詫び

支援センターだより1、2月合併号「おじゃまします」の写真の名前が間違っていました。正→千葉さん 誤→鈴木さん
お詫び申し上げます。

暮らしの手帳九十一より

和風月名(わふうげつめい)で一年を
和風月名とは旧暦の各月の名称です。
今年の旧暦の元日は二月一六日です。歳時記によると、旧暦では睦月、如月、弥生が春と言われています。陽暦では三月、四月、五月が春ですね。
三月は弥生【やよい】
そもそも「草木がいよいよ生い茂る」という意味で弥生です。「弥」はいよいよという意味です。異称は「花見月」とか「夢見月」です。下旬になればお花見の季節とは言えるものの、三月中旬までは時には寒い日がありますね。忙しい暮らしの中、和風月名は私たちの感覚とは少しずれますが、春夏秋冬を感じるができます。