

環境にやさしい台所

私たちのまわりで進んでいる環境問題。私たち一人ひとりが意識することで変えることができます。

この講座では『環境にやさしい台所』と題して、食を通して、「地球にやさしい消費者行動とはどんなことか」を身近に感じていただきたいと企画しました。自宅に戻って、食卓を囲むひと時に、講座で学んだ環境の話を話題にいただける講座にしたいと思います。

1 《講座内容》

— 食品ロスを出さない料理実習 —

- ① 野菜の豚肉巻き
- ② なます
- ③ さつま芋の皮のチップス
- ④ 芋ようかん



野菜の豚肉巻きは、ピーマンのヘタだけ取り、種(たね)も一緒に巻きました。同じく、もう1種類は、なますに使った大根とニンジンの皮を巻いてあります。



- 2 買い物から料理そして片付けまで、環境にやさしいポイントとは
- 3 栄養成分表示で知っておきたい添加物とは ➡
- 4 消費期限と賞味期限を正しく理解
- 5 知っておきたいアレルギー表示

名 称	クッキー
原材料名	小麦粉、砂糖、マーガリン、食塩 …
添加物	膨張剤、乳化剤（大豆由来）、酸化防止剤 …
内容量	12 枚（2 枚×6 袋）
賞味期限	2024. 12. 10

〔日 時〕 令和6年12月22日（日） 午前10時～12時 有度交流館 調理実習室
〔対 象〕 成人 24人
〔会 費〕 500円
〔申 込〕 11月22日（金）午前10時～ 交流館へ電話か窓口へ（申込順）
☎054-345-4886
〔講 師〕 静岡市食生活改善推進協議会