

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していだける講座にしたいと思います。

《講座内容》

1 食品ロスを出さない料理実習

- ① 肉を丸ごと使った主菜
- ② 旬の野菜を使った簡単な副菜
- ③ ヨーグルトのジャムかけデザート
- ④ ひじき入りご飯

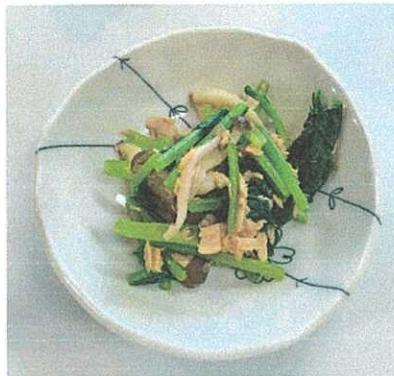


主菜①

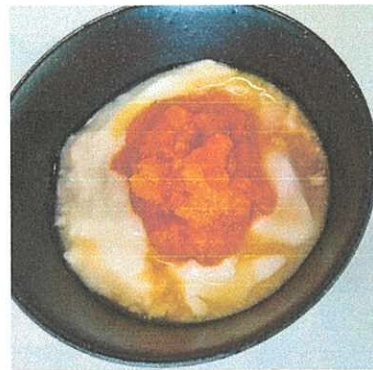


主食④

副菜②



デザート③



- 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	2023.12.10

《講座日程など》

- 〔日 時〕 令和5年12月10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7日（火）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