

エコ・クッキングと

事業結果 事業結果

洗剤を
使わない!

おそうじのしかた

11月27日(火) ウェルネスさがみはらに25人の参加者があつまり、環境に配慮したエコ・クッキングと重曹や酢を使った掃除の仕方を学びました。



調理実習(メニュー:五穀ちらし洋風仕立て、鶏とザーサイのサラダ、ジンジャースープ)

(エコ・クッキングインストラクター:鈴木朋子さん、茂木光さん)インストラクターのデモンストレーションの後、班に分かれて調理しました。みなさん手際がよく、予定時間より30分も早く出来上がりました。



エコ・クッキングのレクチャー

(講師:五十嵐道夫さん・東京ガス株)「買い物」「調理」「片付け」の面から、環境に配慮した考え方や工夫を学びました。

洗剤を使わないそうじのしかたの紹介

(講師:東條恵美子さん・環境カウンセラー)

洗剤を使わずに、重曹や酢を使って食器やシンク周りなどをきれいにする方法の紹介がありました。年末の大掃除は、体と環境にやさしい掃除方法を活用してみます?



片付け実習

「水を出しっぱなしで洗わない」「汚れのひどいものは最初に古布等で拭く」など学んだことを実践。あわせて重曹の威力を体感しました。



まとめ

今日の調理実習で出た生ゴミの量と使った水道量を各班で測りました。普段と同じ使い方をしていた班と気をつけた班とでは2倍以上の差があり、ビックリ!



講師の紹介した工夫以外にも、同じ班の中でそれぞれの方が生活の知恵を教えてもらっていました。学んだちょっとした工夫をご家庭でぜひ実践してみてくださいね。

定員以上の応募をいただき、ご参加をお断りさせていただいたみなさまには申し訳ございませんでした。

