

# 地球にやさしい「エコ・クッキング」

実施日：平成21年8月4日（火）9：30～13：00  
会場：あじさい会館 講習室、ウェルネスさがみはら 調理室  
参加人数：27名（13世帯：小学生14名、保護者13名）  
講師：東京ガス（佐々木 様、五十嵐 様、高坂 様、大橋 様）  
資源循環推進課（田内 様）

## 事業結果

第1部はあじさい会館講習室において、プロジェクタを使用した講座を実施しました。時々クイズを折り込みながら米や野菜を作るところから収穫、店頭に並ぶまでのエネルギー量や、片付けなどの時にどのようにすればエコな暮らしになるか、などの勉強をしました。

その後場所をウェルネスさがみはらの調理室に移動、第2部のエコ・クッキングへ。その日のメニューに沿って講師の方が実際に作りながら説明をして下さいました。

調理は5～6人のグループに分かれて行い、その後試食をしました。今回のメニューは大人向けでしたが、低学年のお子さんも含めて全員残すことなくいただきました。そして後片付けも、とても手順よく行う事ができました。

最後に、資源循環推進課田内さんに、家庭ごみの削減と資源化、特に揚げ油のリサイクルについての講習を行っていただきました。

講習会を実施して、洗う時の水道水の出し方や野菜くずの有効活用など、これまでは気にもしていなかったことに気付いたり、改めて考えるよい機会となり、日々の暮らしの中で資源の無駄遣いやゴミの削減に、少しでも役立つことを願っています。

メニュー：パエリア、  
旬の野菜のグリル（ツナソース）  
パスタと野菜のスープ  
オレンジのコンポート

以上4品



東京ガスさんによる講座  
お米ができるまでに使われるエネルギーについて



包丁を初めて手にするお子さんも、  
使い方を学ぶよい機会となりました！



レシピを読みながら、挑戦している子どもたち



パエリアはこんな風にして作ります



できあがり～！おいしそう～！！



家庭ごみの減量化とゴミの資源化に関する学習