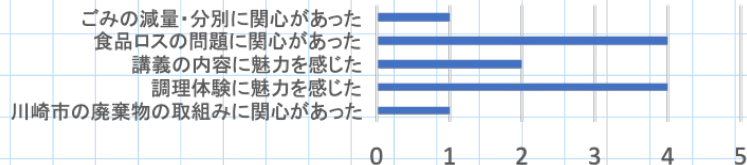
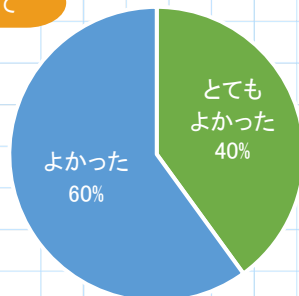


参加のきっかけ(複数回答可)

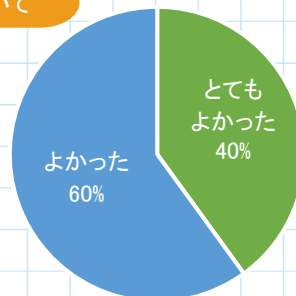


第1部について



- ・とてもわかりやすかったです
- ・地球温暖化やフードロスについてわかりやすく知れたので
- ・子供が聞いていられるギリギリの時間でよかったと思います
- ・具体的な数字があってよかった

第2部について



- ・料理はおいしくいただきました
- ・調理がとても楽しかったです
- ・子ども達が楽しく調理することができてよかったです
- ・調理ハサミがあったらトマトの皮も食べられたかも…余った時間でかぼちゃの種のおいしさも味わってみたかった

参加者の声

食品ロスを減らすために 家庭でできる工夫

- ・工夫して食べる
- ・すぐ残さない／残さず食べる
- ・おとなといっしょにつくる
- ・コンポストを利用する
- ・たくさん買いすぎない／買いすぎない
- ・皮まで食べる
- ・ブロススープをつくる
- ・食べる分だけつくる
- ・生ゴミを捨てない
- ・買いすぎ、作りすぎに注意すること
- ・好き嫌いしない

参加者の声

今日1番印象的だったこと

- ・スイカとトマトのスープが美味しかった
- ・やさいは食べられないところはなくて
さいごまで食べておいしい
- ・フードドライブを使う
- ・スイカの皮のフリットはジューシー
- ・生ゴミは水を切る



第1回ごみゼロカフェ 開催報告

ごみゼロカフェ NEWS

親子でチャレンジ 食品ロスをなくそう! 大作戦

第1回ごみゼロカフェでは、食品ロスを減らしていくことが脱炭素につながり、それは私たちの地球の未来を守ることにもつながるということを講義・実習を通して知り、考えるきっかけになるような内容で開催しました。調理実習では「野菜を丸ごと食べる」を実践し、発見と驚きがありました。最後は、今日からできる具体的で素晴らしい「ごみゼロ宣言!」を発表していただきました。

第1部(講義)



講師

健康管理士一般指導員
大原 智子 氏

第2部(調理実習)



講師

フードコーディネーター
亀井 未来 氏

第3部(ごみゼロ宣言)



ワーク中の参加者の様子

第1回ごみゼロカフェ 開催概要

開催時間 2024年8月18日(日)10:00～12:30

開催場所 中原市民館 料理室

参加者 10名(親子5組)

開催場所 食品ロスと脱炭素をテーマに、講義・調理実習・ワークの3部構成で開催しました。小学校1年生から5年生のお子さんとその保護者の方に参加いただき、和やかで楽しい時間となりました。

サポーターの詳細はこちら▼



川崎市ごみゼロカフェ

検索

ごみゼロカフェサポーターになりませんか?

“ごみゼロカフェ”は、様々な市民が施設見学や講師からのお話を通して、ごみの減量化・資源化について考えるイベントとして年3回開催します。カフェのようにくつろぎながら意見交換し、ごみの減量化のアイデア出しをしていきます。“ごみゼロカフェ”では、ワークショップの進行や受付等運営のお手伝いをしてくださる“ごみゼロカフェサポーター”を募集しています。

問合せ先 |

川崎市環境局生活環境部減量推進課

TEL: 044-200-2579 FAX: 044-200-3923 E-Mail: 30genryo@city.kawasaki.jp



第1部 講義

ごみゼロでできる地球にやさしいこと 食品ロスのおはなし



第1部では「食べ物を無駄にしないことは地球を守ること」をテーマに、ごみを減らすことは、地球の大切な資源の節約や地球温暖化の原因である二酸化炭素を削減することにもつながる身近なアクションだということを学び、私たちができることをいっしょに考えました。



講義内容

- ・ごみを減らすことは地球を守ること
- ・地球の温度が上昇中(地球温暖化)
- ・二酸化炭素を減らして地球の未来を変えよう
- ・食品ロスは地球温暖化の原因
- ・食品ロスを減らすためにできること



今日からできる食品ロス削減の事例を見ながら毎日の生活をふり返りました



第2部 調理体験

食品ロスをなくそう大作戦！ ごみゼロクッキング

第2部では、「旬の野菜たちを丸ごと食べよう」をテーマにピーマンの種、スイカの皮、かぼちゃのわたなど普段捨ててしまっている食材の一部も工夫次第で美味しく食べられることを学び、実際に調理しました。

oooooooooooooooooooo

メニュー

- ・ピーマンの丸ごと蒸し焼き
- ・スイカと冷凍トマトのすりおろしスープ
- ・かぼちゃの丸ごと蒸し焼き



冷凍したトマトをすりおろしたり、かぼちゃをマッシャーでつぶしたり、子ども達もはじめての作業に積極的に参加してくれました

第3部 ワーク

今日からできる ゼロウェイスト宣言！

第3部では、「食品ロスを減らすために家庭でできる工夫」について意見を出し合い、最後は親子で今日からできることを話し合い「ごみゼロ宣言」として発表してもらいました。



- 🗲 食べる分だけよそう
- 🗲 食べ切れる分だけ買う
- 🗲 食べれる分だけかってさいごまでおいしく食べる
- 🗲 ベジブロスに挑戦してみる
- 🗲 ごはんのすききらいをなくす。なくせばゴミがへる
- 🗲 食べられるぶんだけ買ってむだなくおりようりしてのこさず食べる

参加者の声

ごみゼロクッキングで「知れた」「発見できた」こと

- ・食べる分だけとる
- ・すぐに食べる
- ・食べるものは前からとる(てまえどり)
- ・ごぼうは水にさらさないほうが良い
- ・塩はおいしさを増す
- ・食品ロスにならない料理のレシピを知れた
- ・ピーマンの種が食べられることを知りました
- ・スイカの皮が食べられることを知った
- ・野菜を無駄にしないで最後まで使う



盛り付けも上手です

スイカのフリット

『スイカと冷凍トマトのすりおろしスープ』を作った際に生じたスイカの皮部分はフリットとして美味しく料理しました！

材料

スイカの皮(白い部分)
塩 少々
薄力粉 35g
片栗粉 15g
炭酸水 50g
揚げ油 適量

作り方

スイカの皮を食べやすい大きさに切りわけ、軽く塩をして出た水分をしっかりと拭き取ってから、薄力粉をまぶし、混ぜ合わせたフリット衣に纏わせ180℃でカラッと揚げる。揚げ上がりに塩をふる。



Let's try !!



とってもジューシーで皆さんに大好評でした！