

親子で**エコ・クッキング**体験事業『土鍋でエコ・クッキング！』 **企画**

サポーターズポイント

100P

食材やエネルギーを無駄にしない、水を汚さないなど、環境のために家庭で取り組めるポイントを学びながら、五感を使って楽しく料理しておいしく食べましょう！今回のテーマは、寒い冬に活躍する「土鍋」です！

【日 時】12月18日（土）10:00～13:00（予定）

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止になる場合があります。

【行 程】講義・デモンストレーション → 調理 → 試食・片付け

【対 象】市内在住の小学3年生～中学3年生とその保護者（家族）

※必ず2人1組、サポーターズ会員限定、申込と一緒に入会も可能

【定 員】先着6組12人

【持ち物】エプロン、三角巾、筆記用具、ハンドタオル

【場 所】東京ガス（株）つくば支店クッキングスタジオ

（つくば市研究学園2-1-2）

【申 込】11月30日（火）12:00～12月3日（金）に下記ホームページ

からお申し込みください。

メニュー

- ・土鍋でクリームシチュー
 - ・コンソメライス
 - ・シュワシュワみかんゼリー
- ※メニューは変更になる可能性あり



https://s-kantan.jp/city-tsukuba-ibaraki-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=24755

※左のQRコードからも、申込専用のホームページにアクセスできます。

※参加者には、申込受付後に、集合場所や持ち物などの詳細をメールでお知らせします。

※原則、途中からの参加および離脱はできません。

➤ 事前告知

市内在住の高校生以上の方を対象としたエコ・クッキング体験事業を2022年1月末ごろに実施予定です。詳細は、次号以降のサポーターズニュースにてお知らせを予定しています。

エコ・クッキングのポイント【買い物編】 **復習**

(1) 生産や運搬などにかかるエネルギーも考えて食材を選びましょう！

旬の食材を選び、地産地消を心がけましょう！

⇒旬の食材は、栽培時に必要なエネルギーが少なく、産地からの距離が近い食材ほど運搬にかかるエネルギーが少なく済みます。

(2) 買い過ぎを防止しよう！

買い物の前に、冷蔵庫の中をチェックしましょう！

⇒食材の買い過ぎは食品ロスへつながります。

買い物の前に冷蔵庫の中や食品棚など、家にある食材をチェックすることで、食材の買い過ぎを防止することができます。

※「エコ・クッキング」は東京ガス（株）の登録商標です。

プラスチック製容器包装を分別して、リサイクルと減量！

➤なぜ、プラスチック製容器包装を分別するの？ Question

限りある資源を無駄にせず、再利用できるものは極力再利用することで、家庭から出るごみのリサイクル推進・減量を図ります。つくばサステナスクエアのリサイクルセンターで中間処理を行い、容器包装の樹脂原料や固形燃料などに再商品化されます。

つくば市では、2019年4月から分別収集を開始しています。2019年度は510トン、2020年度は639トン、2021年度は上半期だけで368トンを回収しています。2019年に行ったごみの組成調査から、つくば市の家庭ごみには年間約3,000トンのプラスチック製容器包装が含まれていると見込まれます。

➤プラマークのある、汚れていないものが対象です。

軽く水ですすいで、
汚れが落とせるものもOK！



たまごパック



お菓子やパン、
冷凍食品など
の外袋



食品トレイ



カップ麺や
プリンなどの
カップ容器



ペットボトルや
チューブ容器などの
キャップ



野菜や果物を
包むネットや
緩衝材



豆腐の容器



ペットボトルなどの
外装フィルム



発泡スチロール



ウエットティッシュ
などの容器

このマークが目印



※詳しい分別や出し方は、市ホームページをご覧ください。フックン船長の解説動画もYouTubeで公開中です！



【市ホームページ】プラスチック製容器包装

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/kurashi/recycle/gomi/katei/wakekata/1006982.html>



【YouTube】フックン船長の解説動画

<https://www.youtube.com/watch?v=ykCCmd1Q53s&feature=youtu.be>



ごみの分け方・出し方の救世主！

ごみ分別アプリ『さんあ〜る』

スマートフォン向けのアプリです。主な機能は次のとおりです。

- ごみ分別辞典 分別方法や注意点を品目ごとに検索できます。
- ごみカレンダー 収集日程をカレンダー形式で確認できます。
- 通知機能 指定した時間にごみ収集日をお知らせします。

※利用料は無料です（通信料は自己負担）。

プラスチック製容器包装、『さんあ〜る』に関する問合せ先

つくば市 生活環境部 環境衛生課

メール：evm030@city.tsukuba.lg.jp

ごみ分別アプリ『さんあ〜る』

総ダウンロード数
18,000 突破！
(2021年9月現在)



ダウンロードはこちらから！



つくば環境スタイルサポーターズ事務局 (つくば市 生活環境部 環境政策課 推進係)

〒305-8555 つくば市研究学園一丁目1番地1

電話:029-883-1111 FAX:029-868-7591 メール:evm021@city.tsukuba.lg.jp

発行日:2021年11月19日

個人会員数:9,985人、事業所会員数:327事業所(2021年11月18日現在)