

ポ～/さんのささやき

まいにち しょくじ か もの ちょうり あとかた
 毎日の食事について、買い物から調理や後片
 づけまでを、使用するエネルギーや環境負荷を
 かんが おこな
 考えながら行う「エコ・クッキング」。

エコ・クッキングの実践はまず買い物から。
 ポイントは、 買い過ぎを防ぐため、冷蔵庫の
 なかみ ちょうみりょう こびん ほ
 中身をチェックしておく 調味料は小瓶で保
 ぞん しゅん もの ちか と しょくざい
 存する 旬の物、なるべく近くで取れた食材
 ゆそう やす えら ふゆ
 (輸送コストが安い)を選ぶなど。トマトを冬に
 た おんしつさいばい つうじょう ばい
 食べるために温室栽培すると、通常の10倍の
 エネルギーがかかるそうです。

つき ちょうり ゆ わ にのも つく
 次に調理。湯を沸かしたり煮物を作ったりす
 る時は、鍋にふたをすることで約2割、落とす
 ぶたをすることで約5割の省エネになります。

そして、後片付け。水を無駄にしない後片付け
 のコツは、 皿を重ねない 汚れをふき取って
 から 洗い桶に水をためて洗うなど。汚れた水を
 げすい なが じょうか じかん たい
 下水に流すと、それを浄化するために時間と大
 りょう みず ひつよう
 量の水が必要になります。

かんきょう ふ か りょうり くふう ほか
 環境に負荷をかけずに料理する工夫は他に
 もまだたくさんありそうです
 まいにち せいかつ なか みず
 ね。毎日の生活の中で水やガス、
 でんき つか かた みなお
 電気の使い方を見直してみても
 どうでしょうか。



しかくしょう とう りゅう ひと えいりもくてき のぞ るくおん てんじ かくだい みと
 視覚障がい等の理由がある人のために、営利目的を除き「録音」「点字」「拡大」などを認めます。

ほうかごこ きょうしつ なつやす かつどう 放課後子ども教室 夏休みの活動から

ほうかご こ きょうしつ ちいきしゃがいぜんたい はくく しょうがっこう りょう ちいき かがたが きょうりよく え
 放課後子ども教室は、子どもを地域社会全体で育てるため、小学校などを利用して、地域の方々の協力を得る中で、
 たいけんかつどう ちいきじゅうみん こうりゅうかつどう じっし なんぶ しゃかいきょういく かんない がくくちゅう がくく
 体験活動や地域住民との交流活動などを実施しています。南部ブロック社会教育センター管内では17学区中、7学区
 で実施しており、夏休みは公民館を会場にしているところもあります。夏休みの活動を2回に分けて紹介します。

いずみ 7月7日(木) かんちょう こうさくきょうしつ かみねんど あそ 泉 館長さんの工作教室～紙粘土で遊ぼう～

こばたけかんちょう しどう あんぜんかんりいん ちゅうがくせい
 小島館長の指導で、3人の安全管理員さんとチャレンジウィークの中学生(1人)
 てつだ かんねんど かびん ちょうせん
 に手伝ってもらいながらの紙粘土の花瓶に挑戦です。

かみねんど ざいりょう かみ たまごようき たまごようき みず ひた やわ みず
 紙粘土の材料は紙の卵容器。卵容器を水に浸して柔らかくなったら、水のりを
 ま だんごじょう はじ
 混ぜて団子状にこねます。初めは「くさ～い!」とか「さわれない」とか言ってい
 こ しゅうちゅう き
 た子どもたちも、だんだん集中してきて、やる気になってきました。ペットボト
 ルや空き瓶に紙粘土が付きやすいよう麻ひもを巻きつけて、粘土を貼りつけます。
 あ びん かみねんど あさ ま ねんど は
 水分をあらかじめきいたら、ビーズやビー玉などを思い思いに飾りつけるところまで
 すいぶん だま おも おも かざ
 をしました。この後、よく乾かして、8月20日に色つけをするそうです。



つね いし もっこう つく 常石 8月3日(木) 木工～ティッシュボックスを作ろう～



えーように切れんよ!

がっこう ほうかごこ きょうしつ せわ あんぜんかんりいん ほごしゃ
 学校での放課後子ども教室でもお世話になっている3人の安全管理員さんや保護者
 いっしょ ねっしん つく あんぜんかんりいん
 と一緒に熱心で作っていました。安全管理員さんのお
 ひとり ふだん いえ まわ あそ こ すがた み
 一人は「普段、家の周りで遊ぶ子どもたちの姿を見か
 けることが少なくなりました。学校や公民館へ行くよ
 うになって子どもたちと顔見知りになることができ
 うらしい。」と話されていました。子どもたちが指を切
 らないか心配していましたが、注意を守ってふざ
 けたりせず器用に道具を使っていました。

