

『環境にやさしい行動』のススメ vol.21

☎ 生活環境課 (☎ 42-2111)

おいしく楽しく食べませんか！

いわてエコアクション 2021 「冬eco」 編

私たちの日常生活から排出されるCO2などの温室効果ガス。脱炭素社会の実現のために、身近なエコアクション（省エネ行動）を実践してみませんか？



- ① 外食をするときは
 - ▼ 小盛りやハーフサイズなどで適量注文を心がけよう
 - ▼ 「もったいない・いわて☆食べきり協力店」を利用しよう
 - ▼ 家庭で食事をするときには食料は適量を購入し、食べられる量で調理しよう
 - ▼ 親せきや友人を招いた食事でも食べられる量でおもてなし
 - ③ テイクアウトをするときは食べきれぬ量を買って帰る
- ② 食品ロスを減らすポイント
 - ▼ 食べ物を捨てるなんてもったいない！食品ロスを減らすためにできることを皆さんで取り組みましょう。
 - ▼ 食品ロスを減らすポイント



金ケ崎町国際交流協会 ☎ 44-2099
金ケ崎町西根南羽沢 55 FAX 44-2099

国際交流協会コーナー

町国際交流協会から永岡小学校で行われた国際理解講座を紹介します

今回は、10月29日に永岡小学校の6年生18人を対象に行われた「国際理解講座（講師：岩手県ユニセフ協会）」を紹介します。

ユニセフ講座のレポート

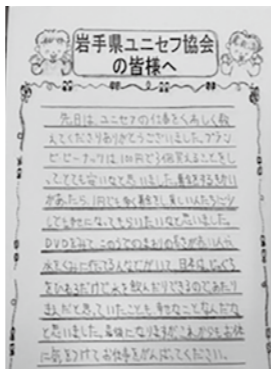
「母子手帳を知っていますか？」というユニセフ講師からの問いかけで講座が始まり、日本が恵まれた環境であること、そしてソマリアでは5歳までしか生きられない子どもたちが1000人中122人いることなどを6年生は学びました。

講座では、「命のメジャー」を使って子ども同士で腕の太さを測りました。アフリカでは腕の太さがペットボトルのキャップほどしかない赤ちゃんがいることを知りました。

また、ユニセフの支援物資である「蚊を寄せ付けない特殊な加工がされた蚊帳」に実際に入ったり、水が入った重い水瓶を運ぶ体験をすることで、学校にも行けず水を運ぶことに一日を費やす世界の子どもたちの苦勞を実感することができました。



“命のメジャー”で腕の太さを測る子どもたち



参加した児童が書いたレポート

光ファイバの整備工事がまもなく完了します

町内における情報格差の解消を図るため、国の補助金を活用して、NTT 東日本にて行っていた光ファイバの整備工事に完了の目途がつかしました。

以前まで光ブロードバンドの提供エリア外でサービスが利用できなかった家庭でも、各家庭で利用するインターネット接続サービス事業者を選び利用申し込みをすることで、サービス提供開始日以降から光ブロードバンドサービスが利用できます。

なお、光ブロードバンドサービス利用に係る工事費および月額利用料などは自己負担です。

詳細は、申し込みするインターネット接続サービス事業者にお問い合わせください。

- 申込受付開始日 11月25日(休)
- サービス提供開始日 令和4年1月6日(木)
- 対象地域 NTT 東日本公式ホームページ (<https://flets.com/>) で確認できます。※郵便番号、住所から該当エリアのサービス提供状況の確認が可能です。
- 担当 総務課 (内線 2375)

NTT 東日本の代理店を名乗る業者から「光ブロードバンドにしなければいけない」「電話機・電話回線の調査に伺う」といった不審な電話等があった場合は、以下にお問い合わせください。

- ☎ ① NTT 東日本公式ホームページ (ご意見・ご要望)
(https://www.nmrs.ntt-east.co.jp/user/?link_eastid=ext_q034)
- ② NTT 東日本お客さま相談センター (☎ 0120-019000)
(受付時間：平日午前9時～午後5時)

おうち時間を楽しむ 食改さんの押しレシピ

☎ 保健福祉センター 元気100歳健康支援係 (☎ 44-4560)

新しい生活様式が求められる中、家族で食卓を囲む時間が増えています。家庭の食卓を豊かに健やかにするため、役立ててみてはいかがでしょうか。

揚げ出し高野豆腐

そのほかのレシピも町ホームページで公開中!



- 材料 (4人分)
- 高野豆腐 (乾燥) 4個 (66g)
 - 大根 200g
 - しょうが 20g
 - 片栗粉 大さじ1
 - 揚げ油 適量
- A
- めんつゆ (2倍濃縮) 40ml
 - 水 80ml

- 作り方
- 1 水につけて戻した高野豆腐を、水気をしぼって6等分に切る。大根としょうがはすりおろす。
 - 2 1の高野豆腐に片栗粉をまぶし、170度の油でカラッと揚げる。
 - 3 器に盛り付けた2に、大根おろしとおろししょうがを盛り付け、その上から温めたAをかける。

いつも棚にある高野豆腐を使った簡単料理。時間のない時やメニューに困った時に助かります。夏はおろしきゅうりをかけてもおいしいです。



町食生活改善推進員協議会 三ヶ尻支部 田口宗子さん

■ 1人分の栄養価
・エネルギー 169kcal・たんぱく質 8.9g・食塩相当量 0.8g・食物繊維 1.2g