

## 10月はごみ減量月間です

毎年10月は「ごみ減量月間」です。

ごみを減らす上で最も大事なことは、ごみになる物を買わない・無駄な物をもらわないようにするなど、一人ひとりがごみの発生を少なくする取り組みを行うことです。

マイバッグを使用してレジ袋を削減するなど、できることからごみの減量に取り組みましょう。

### ～ごみ減量キャンペーン、アンケートを実施します～

今年は下記の会場でごみ減量キャンペーン・アンケートを実施します。アンケートにご回答いただいた方には、「ごみ減量グッズ」をプレゼントします。アンケートは電子申請からもご回答いただけます。皆さまのご参加をお待ちしております。

葛飾区ごみ減量・  
3R推進キャラクター  
リー (Ree) ちゃん



日時	会場
9月23日(土) 11:00～12:00	堀切地区センター (堀切3-8-5)
9月24日(日) 11:00～12:00	金町駅前団地広場 (東金町1-36)
10月14日(土) 14:00～15:00	みのり商店会スーパーマルセイ隣 (東新小岩7-30-15)
10月22日(日) 11:00～12:00	亀有駅前リリオパーク入口 (亀有3-25-1)
10月27日(金) 15:00～16:00	立石仲見世商店街 (立石1-20-4)
10月29日(日) 11:00～12:00	高砂北公園 (高砂4-3-1)
11月5日(日) 11:00～12:00	葛飾清掃工場 (水元1-20-1)

- ※ごみ減量グッズは、一人1つ。グッズは無くなり次第終了です。
- ※社会情勢、当日の天候により中止や延期となる場合があります。
- ※アンケートはスマートフォンからも回答できます。
- ※回答期間は9月12日から11月5日までです。

電子申請はこちらから▶



## 「ごみ減量・清掃フェアかつしか」を開催します！

日時：令和5年11月5日(日) 午前10時～午後2時

会場：葛飾清掃工場 (水元 1-20-1)

ごみの減量やリサイクル、清掃の仕事について楽しく学べる「ごみ減量・清掃フェアかつしか」を開催します。清掃工場の見学やフリーマーケットなど楽しいイベントがたくさんあります。

詳細は、広報かつしか10月25日号(予定)、葛飾区ホームページでお知らせいたします。





# もったいない！ 食品ロスを減らそう！

～じゃがいも～

食材の無駄をなくし、ごみを減らすための提案を

## 東京聖栄大学・東京聖栄大学附属調理師専門学校に

ご協力いただき掲載します。今回のテーマは「**じゃがいも**」です。

じゃがいもの皮むきは、火入れしてからの方が簡単に薄く皮を剥くことができ、廃棄を減らす観点からおすすめてです。丸のまま茹でるとおいしさが残りやすいですが、半分にカットして茹でると時間が短縮できます。茹でたじゃがいもは、潰してポテトサラダやコロックにしたり、煮物が煮あがる直前に剥いたじゃがいもを入れて味を含ませるなどの活用方法があります。今回は、茹でたじゃがいもを使った料理をご紹介します。

じゃがいもは皮つきで食べることが珍しくはない食材ですが、芽やその周辺には毒素が多く含まれているので取り除かなくてはなりません。近年、じゃがいもによる食中毒事例が報告されています。じゃがいもは、光に当たると緑色に変色することがあります。緑色に変色した箇所には芽と同じ毒素が含まれているので、確実に取り除いて調理するようにしましょう。



芽出たじゃがいも (左) と緑化したじゃがいも (右)

### ポイルポテトの クリームチーズソース (2人分)



材料	分量
じゃがいも	1個 (150g)
クリームチーズ	40g
牛乳	50g
パン粉	15g
オリーブオイル	小さじ2
タバスコ	数滴
塩	少々
胡椒	少々

チーズ好きや、ちょっとした酸味がお好きな方におすすめです。

#### 作り方

- 1 半分にカットしたじゃがいもを水から茹でます。火が通ったら皮を剥いて好みの大きさにカットします。
- 2 じゃがいもと胡椒以外の食材をハンドブレンダーやミキサーでしっかりと混ぜ合わせます。
- 3 2を50℃程度の湯せんで温めて少し置きます。とろみかでたら湯せんから外します。
- 4 カットしたじゃがいもにソースをかけ、胡椒を振ったら出来上がりです。

### ポイルポテトの オーブン焼き (2人分)



材料	分量
じゃがいも	1個 (150g)
オリーブオイル	小さじ1
塩	少々
胡椒	少々
パセリ (乾燥)	少々

スライスしたマッシュルームや玉葱、ベーコンなどをのせると、豪華な1品になります。

**Point!** 茹でてから焼くことでじゃがいもの甘さと凝縮したおいしさが両立できます。

#### 作り方

- 1 半分にカットしたじゃがいもを水から固めに茹でます。火が通ったら皮を剥いて好みの大きさにカットします。
- 2 じゃがいもを耐熱皿に並べてオリーブオイルを回しかけます。
- 3 オーブントースターの低温で10分程焼きます。
- 4 塩、胡椒、パセリを振ったら出来上がりです。

6月25日開催♪

## Ecoエコフェスタ2023を開催しました♪

6月25日(日)に「Ecoエコフェスタ2023」を開催しました。  
Ecoエコフェスタは、洋服交換会や体験コーナーなど、子どもから大人まで、  
楽しくごみ減量や「3R」について学べるイベントです。  
今年もたくさんの方にご来場いただきました。  
今後も、かつしかエコライフプラザでは、ごみの減量につながるイベントや講座を開催します。  
ぜひご利用ください！

### 洋服交換会

#### 服とシェアのシェア～ベビー&マタニティ服～



『ベビー服等は、使用時期が短くて購入するのはもったいないという方、処分に困る方』等々が、思い入れのある洋服の交換を行いました。



### 体験コーナー



端材で作る  
モザイクタイル♪

エコ工作教室♪  
ペットボトルキャップで  
ヨーヨー作り!



おがくず粘土工作♪  
マスコット作り♪

「リユース家具の無料提供」や「パネル展示でリサイクルの紹介」など♪



リユース家具の無料提供♪



いーちゃんも遊びに  
来ました♪





# エコライフプラザ 9月～10月の予定



★ 社会情勢により、施設の利用時間の変更や休業、講座が中止・延期となる場合があります。

## エコ工作体験「ペットボトルで小物入れづくり」

ペットボトルを使った工作をしながら、ごみ減量・3Rについて楽しく学びます。

日時

9月20日(水)  
午後3時～午後5時

対象

区内在住の小学生

申込み

事前申込み不要  
※当日直接会場へお越しください。  
会場：かつしかエコライフプラザ研修室

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31 家具・日用不用品 喫茶休業	9月 1	2
3	4	5	6	7 家具・日用不用品 喫茶休業	8	9
10	11 ★布ぞうり教室 申込みは締切済	12	13	14 家具・日用不用品 喫茶休業	15	16
17	18 敬老の日	19	20 ★エコ工作体験	21 家具・日用不用品 喫茶休業	22	23 秋分の日
24	25	26	27	28 休館日	29	30
10月 1	2	3	4	5 家具・日用不用品 喫茶休業	6	7
8	9 スポーツの日	10	11	12 家具・日用不用品 喫茶休業	13	14
15	16	17	18	19 家具・日用不用品 喫茶休業	20	21
22	23	24	25	26 休館日	27	28
29	30	31	11月 1	2 家具・日用不用品 喫茶休業	3 文化の日	4

★この他にも講座を開催する予定です。詳しくは広報かつしか、または区ホームページでご確認ください。

広報かつしかのホームページ

葛飾区 広報かつしか

検索



かつしかエコライフプラザ

〒124-0012 葛飾区立石 1-9-1 (立石図書館併設)

TEL: 03-3696-8225