

親子でエコ・クッキング

～進級入学のお祝い・お弁当に～

3/31 (土)

10:30～14:00

■会場 仙台市ガス局ショールーム
「キッチンパレット」

家庭で気軽にできるエコな調理ポイント
を作りながらご紹介します。
今回は、春の進級・入学のお祝いや、
お花見などのお弁当にも使える
簡単&美味しいメニューを作ります。



- ・・・MENU・・・
- ★キャベツのサラダ巻き
 - ★チャチャッとおやき
 - ★エコなミネストローネ
 - ★鶏肉の黒酢煮
 - ★特急トリュフ
- ※卵・生クリーム・パスタを使います。



講師 / MELON エコクッキングチーム

- 対象 小学生以上の子供と保護者※保護者1名に子ども2名まで可
- 定員 20名 ※応募多数の場合抽選となります。
- 参加費 一般のご家族 1人700円
MELON会員とご家族 1人500円
- 持ち物 エプロン、三角巾、手ふき用タオル、筆記用具
- 申込み締切 3/26 (月) ※抽選の場合、3/28 (水) に当落のご連絡をいたします。
- 申込み方法 電話・FAX・メールにて、氏名・ふりがな・性別・生年月日・電話・住所を MELON までご連絡ください。
- 会場アクセス 〒980-0021 仙台市青葉区中央 2-10-24
 - 地下鉄「広瀬通駅」下車「東1」出口徒歩1分
 - 仙台市営バス「電力ビル前」下車 徒歩5分
 ※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

主催・お申込み先 / MELON 協力 / 仙台市ガス局

財団法人 みやぎ・環境とくらし・ネットワーク (MELON)

TEL 022-276-5118 FAX 022-219-5713 E-mail melon@miyagi.jpn.org

Office 〒981-0933 仙台市青葉区柏木 1-2-45 フォレスト仙台 5F

URL <http://www.melon.or.jp/melon/> 当日連絡先 090-1377-8867 担当 4R 推進部会：広重

※業務時間：平日 9:30～18:00 FAX・メールは 24 時間受付

MELON 環境市民講座 「親子でエコ・クッキング～進級入学のお祝い・お弁当～」

※「エコ・クッキング」は東京ガス㈱の登録商標です。

エコ・クッキングとは

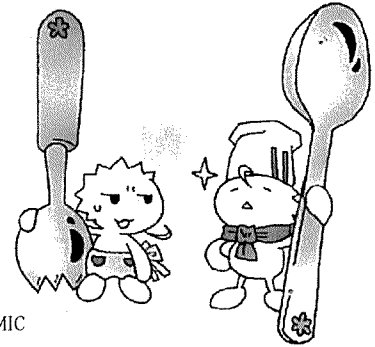
買い物

料理

片付け

でエコな工夫をすること。

食材を買う時には地元の食材を選んだり、料理をする時にはごみが出ないように工夫をしたり、ガスを使う時には省エネになるよう調整したり、片付ける時にもちょっとしたコツでエコにすることができます。毎日の料理にも活かせる、料理で気をつけたいエコのポイントを学びます。講師は MELON 4R 推進部会内で結成した「エコクッキングチーム」。たくさんの主婦の知恵を盛り込んだ時短でエコな調理法を分かりやすくお伝えします。



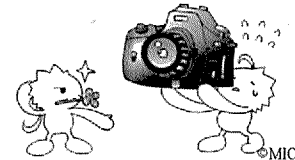
©MIC

MELON イベント情報

- 「自然エネルギーシンポジウム 3.11 震災から学ぼう!～これからの自然エネルギー～」
2/22(水)14:40～17:40
会場:エル・パーク仙台5F セミナーホール2
※要申込み
震災の時に自然エネルギーが活用された事例を報告し、「今後のエネルギーシステムの可能性」について様々な視点から提案します。
- 「GO!GO!89ERS!!ECO スクール」
2/26(日)・4/15(日)10:50～16:30
会場:仙台市体育館 定員:親子15組
※要申込み
小学生の親子を対象にエコなお話しとエコ体験、ごみ分別のエコステーション見学・体験をします。(エコ体験内容:2/26 米粉のマフィン作り、4/15 お花のよせ鉢作り)
- 「MELONcafe プチ講座
米粉で簡単♪桜もち&いちご大福作り」
3/3(土)13:30～14:30
会場:MELON 事務局内 定員:10名
※要申込み
ひな祭りに米粉で作った桜もちといちご大福はいかがですか?お抹茶もつきます。

お問合せ・お申込みは MELON 事務局へ。イベントの詳細は、ホームページに掲載しています。

※予めご了承ください



©MIC

本活動を広報する目的で活動の様子を撮影させていただきます。写真は当団体のホームページおよび情報紙に掲載する予定です。ご理解とご協力をお願いいたします。ご都合が悪い方は事前にご相談ください。

主催団体紹介

財団法人みやぎ・環境とくらし・ネットワーク
—通称『MELON』。

誕生のきっかけは、1992年の地球サミット。環境の保全と持続可能な発展をテーマに172カ国の政府首脳や自治体、NGO関係者が集まったサミットです。世界ではこんなにたくさんの人たちが環境を考えている。みやぎでも環境を考え、地球を守りたい—そんな思いから、翌93年に県内5つの協同組合が母体となって、多くの市民や研究者、企業、団体でつくられた環境NGOです。

毎日のくらしの中から、地域から、地球でくらす私たちにも取り組めることを広げようと、環境保全活動を進めています。



MELON 会員とは

みやぎの環境を守るため、会員になりませんか?

MELON 会員特典

- * MELON 主催イベントに会員割引で参加できます。(イベント当日のご入会でも、その日から適用されます。)
- * ゴミや水、緑・食、自然エネルギーなどの部会メンバーになると、イベントの企画や勉強会に参加できます。
- * ボランティアや部会に参加する毎に、ボランティアポイントが1個もらえ、5個集まると1,000円分のMELON商品券と交換できます。
- * 年5回 MELON の活動やイベント情報、環境情報を情報紙でお届けします。
- * メールアドレスを登録すると、情報交換ができるメーリングリスト MELONnet に参加できます。

【年会費】

個人・任意団体:2,000円 家族会員:1,000円
～入会希望の方は事務局までお問合せください～

切り取らずにそのままFAXしてください。

MELON 環境市民講座「親子でエコ・クッキング～進級入学のお祝い・お弁当～」参加申込み書 送付先 FAX022-219-5713

保護者	ふりがな		性別	生年月日
	氏名		男 / 女	年 月 日
子ども	ふりがな		性別	生年月日
	氏名		男 / 女	年 月 日
子ども	ふりがな		性別	生年月日
	氏名		男 / 女	年 月 日
住所				
電話	MELON 会員 / 一般			

※保険をかけますので必ず左記情報をお知らせください。この情報は本企画以外の目的で使用いたしません。
※FAX、メールでお申し込みの方は、3日が経過しても事務局から連絡がない場合、お手数ですがお電話ください。

携帯メールでのお申し込み

携帯専用ホームページからのメールアドレス取得が便利です

