

# 親子で作ろう！エコ・にこクッキング

## 日本の伝統食 おせち料理



### 12/15(土)10:30~14:00

青年文化センター3階  
クッキングルーム

#### <メニュー>

- ・ 仙台風雑煮
- ・ ぶりの照り焼き
- ・ 錦卵
- ・ 紅白がまほこ (飾りむすび)
- ・ 柿なます
- ・ 黒豆寒天



正月といえば、おせち♪

ひき菜・からとり(里芋)・せり・はらこなど  
地元の幸が盛りだくさんの仙台風雑煮や、  
黄色と白の色鮮やかな錦卵、旬のぶりなど  
伝統のおせちを親子で作ってみませんか？

食べもののお話しもしながら、  
楽しく 美味しく 作って学べる  
エコ・にこクッキングに挑戦してみよう！

■日時：12月15日(土)10:30~14:00

■場所：青年文化センター3階クッキングルーム  
(仙台市青葉区旭ヶ丘3-27-5)※地図裏面  
地下鉄旭ヶ丘駅「東1番出口」より徒歩3分

■内容：10:15~受付  
10:30 開始・挨拶・自己紹介・お話し  
10:50頃 調理実習開始  
12:30頃 いただきます♪  
13:20 ごちそうさまでした！・片づけ  
13:40 クイズ・アンケート記入  
14:00 閉会・解散

■講師：食育NPO「おむすび」のみなさん

■定員：幼稚園・小学生の親子12組24名  
※要申込み(応募多数の場合抽選)

■参加費：MELON会員の親子2名で1,500円  
一般の親子2名で2,000円  
※子ども1名追加につき+800円

■お申込み：12月10日(月)までに、電話・FAX・  
Emailにてお名前/年齢/電話番号/住所/  
MELON会員か一般かをご連絡ください。

■持ち物：エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

主催・お申込み先/(公財) みやぎ・環境とくらし・ネットワーク (MELON)



TEL/022-276-5118 FAX/022-219-5713

Email/melon@miyagi.jpn.org

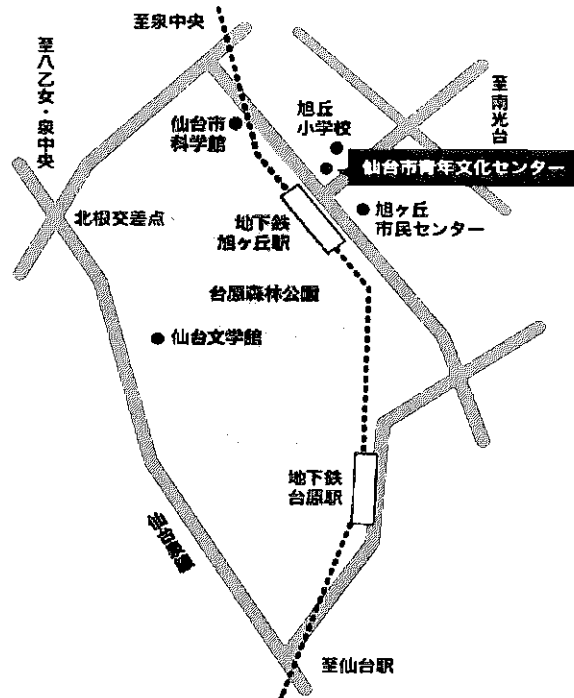
当日連絡先/090-1377-8867 (MELON 携帯)

〒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/> 担当：ヒロシゲ



## ■会場へのアクセス



### ■地下鉄

仙台駅から市営地下鉄・泉中央方面行き 10 分、  
「旭ヶ丘駅」下車、東 1 番出口より徒歩 3 分

### ■バス

バス停「地下鉄旭ヶ丘駅」より徒歩 2 分

私たちの食卓に並びたくさんの食べもの。その素材はどこからきたのでしょうか？

生産と消費をつなぎ、お互いを理解し合うことで、一人ひとりの食べ方が環境に関わっていることが見えてきます。

食の大切さを考え、自分に何ができるのか、気づいたことから実行するきっかけとして地産地消、伝統食をキーワードにエコ・にこクッキングを行います。

## ■講師紹介 食育 NPO「おむすび」

メンバー：

代表 清水智子さん  
三浦勝子さん  
木村和子さん  
松浦美代子さん



食育 NPO「おむすび」のメンバー4人は専業主婦です。いつでも、どこでも手をかけなくても食べものが簡単に手に入る食生活環境は、家庭から「食事作り」の場をうばい、食生活を営む基礎的な知識や技能を低下させ、食文化の伝承を妨げています。

地域食材の活用（地産地消）、旬の時期、食べ物を生産する過程の学習・体験、伝統食・行事食作り、食品の安全性に対する知識と適切な選択、食と環境保全など。これまでみやぎ生協のメンバー活動で主として培ってきた知識や体験をもとにした企画・運営を行なっています。

「食」の楽しさ・大切さを一緒に体験しませんか？



## 主催団体紹介

(公財) みやぎ・環境とくらし・ネットワーク  
Miyagi Environmental Life Out-reach Network(MELON)

誕生のきっかけは、1992年の地球サミット。「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。」そんな想いから、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 会員募集中

一緒に環境活動を楽しむ会員募集中です♪

### MELON 会員特典

- MELON 主催イベントに会員割引で参加できます。
- ゴミや水、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をすると、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：2,000円 家族会員：1,000円 18歳未満：1,000円

**FAXでのお申込み** 送付先：022-219-5713 ※切り取らずにそのままFAXしてください。

※受付完了のご連絡をいたします。FAX・メールでお申込みの方は、3日経過しても事務局から連絡がない場合にはお手数ですがお問い合わせください。いただいた情報は、イベントの実施以外の目的には使用いたしません。

フリガナ 氏名		フリガナ 氏名	
	歳		歳
住所			
電話番号	MELON 会員・一般 ○をつけてください。		